

UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR  
FACULTAD DE CIENCIAS Y HUMANIDADES  
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA



**TRABAJO DE GRADO PARA OPTAR AL TÍTULO DE LICENCIATURA EN  
PSICOLOGÍA**

“FACTORES PSICOSOCIALES QUE INFLUYEN EN EL RENDIMIENTO  
DEPORTIVO DE LOS JUGADORES DE CLUB DEPORTIVO UNIVERSIDAD DE  
EL SALVADOR DE LA LIGA MAYOR DE FUTBOL SALVADOREÑO, EN EL  
TORNEO CLAUSURA EN SAN SALVADOR DE FEBRERO A JULIO DE 2016”

**PRESENTADO POR:**

HERNÁNDEZ BERRIOS, KARLA BEATRIZ  
HB10001

RAMOS CANDIDO, JOSELINE JAMILETH  
RC10128

QUINTANILLA JIMÉNEZ, ILIANA VANESSA  
QJ06002

**DOCENTE TUTOR**

LICENCIADO JAIME SALVADOR ARRIOLA

**COORDINADOR GENERAL DEL PROCESO DE GRADO**

LICENCIADO MAURICIO EVARISTO MORALES

CIUDAD UNIVERSITARIA, 2016.

**AUTORIDADES CENTRALES DE LA UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR**

**RECTOR INTERINO**

LICENCIADO LUIS ARGUETA ANTILLON

**VICERRECTOR ACADÉMICO**

MAESTRO ROGER ARMANDO ARIAS

**VICERRECTOR ADMINISTRATIVO INTERINO**

INGENIERO CARLOS VILLALTA

**SECRETARIA GENERAL**

DOCTORA LETICIA ZAVALA DE AMAYA

**AUTORIDADES DE LA FACULTAD DE CIENCIAS Y HUMANIDADES DE LA  
UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR**

**DECANO**

LICENCIADO JOSÉ VICENTE CUCHILLAS MELARA

**VICEDECANO**

LICENCIADO EDGAR NICOLAS AYALA

**SECRETARIO**

LICENCIADO ALFONSO MEJÍA ROSALES

**JEFE DEL DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA**

LICENCIADO WILBER ALFREDO HERNÁNDEZ

**COORDINADOR GENERAL DEL PROCESO DE GRADO**

LICENCIADO MAURICIO EVARISTO MORALES

**DOCENTE TUTOR**

LICENCIADO JAIME SALVADOR ARRIOLA

## INDICE

CONTENIDO	PAG.
<b>CAPITULO I</b>	6
Justificación	6
Objetivos de la investigación	8
<b>CAPITULO II MARCO TEORICO</b>	9
2.1.1 Historia de psicología deportiva	9
2.1.2 ¿Qué es la psicología del deporte?	14
2.1.3 Psicología deportiva en El Salvador	16
2.1.4 Papel del psicólogo deportivo y la Psicología del Deporte	18
2.1.5 Historia del Futbol	25
2.1.6 Historia del Futbol Salvadoreño	26
2.1.7 Club Deportivo Universidad de El Salvador	27
2.2 Rendimiento deportivo	29
2.2.1 Elementos básicos del rendimiento deportivo	30
2.3 Factores psicosociales implicados en el rendimiento deportivo	36
2.3.1 Personalidad y rendimiento deportivo	37
2.3.2 La agresividad y el rendimiento deportivo	38
2.3.3 Motivación y rendimiento deportivo	39
2.3.4 Ansiedad y rendimiento deportivo	41
2.3.5 Estructura, dinámica del grupo y rendimiento deportivo	43
2.3.6 Interacción, cohesión y rendimiento deportivo	44
2.3.7 Liderazgo y rendimiento deportivo	44
2.3.8 La comunicación y el rendimiento deportivo	45
2.3.9 El sentido de pertenencia y el rendimiento deportivo	46
2.3.10 Autoconfianza y rendimiento deportivo	47
2.3.11 Concentración y rendimiento deportivo.	48
2.3.12 Estrés y rendimiento deportivo	49
2.3.13 Actitud y rendimiento deportivo.	50

<b>CAPITULO III DISEÑO DE INVESTIGACION</b>	54
3.1 Tipo de investigación	54
3.2 Población	54
3.3 Muestra	54
3.4 Tipo de muestreo	54
3.5 Técnicas de recolección de datos	54
3.6 Instrumentos	55
3.7 Validez y confiabilidad de la prueba	57
3.8 Procedimiento de recolección de datos	57
3.9 Cronograma	59
3.10 Presupuesto	60
<b>CAPITULO IV ANALISSI E INTERPRETACION DE RESULTADOS</b>	62
4.1 Interpretación de PPG-IPG	68
4.2 Interpretación de guías de observación	100
4.3 Interpretación de resultados de instrumentos	129
<b>CAPITULO V CONCLUSIONES Y RECOMENDACIÓN</b>	131
Referencias bibliográficas	133
Anexos	135

## **CAPÍTULO I**

### **Justificación**

La psicología del deporte es una disciplina que tiene su auge en la segunda mitad del siglo XX, los países pioneros en esta rama trabajaban los conceptos básicos de psicología aplicados al deporte, el apogeo de esta área psicológica vino de la mano de profesionales en educación física y de las necesidades de los deportistas en altas competencias, sin embargo muchos profesionales de la salud mental no aceptaban el deporte como un área de investigación y aplicación psicológica.

Según los investigadores en psicología deportiva determinan, que el rendimiento deportivo está compuesto por cuatro áreas, estas son: lo técnico, lo táctico, lo físico y lo psicológico. El abordaje de estas cuatro áreas podría determinar el mejoramiento o el deterioro del rendimiento de los deportistas en altas competencias.

En El Salvador, existen instituciones deportivas en las cuales se fomenta la práctica y desarrollo de diversos deportes, sin embargo la psicología deportiva es un área psicológica poco abordada por instituciones deportivas, una de ellas es el Instituto Nacional de los Deportes de El Salvador, INDES, que fue creado el 28 de junio de 1980, mediante el decreto 300 de la Junta Revolucionaria de Gobierno, que promulgo la Ley de los Deportes.

En dicha institución existen 26 federaciones deportivas, siendo: ajedrez, atletismo, artes marciales, automovilismo, baloncesto, beisbol, boliche, boxeo, ciclismo, ecuestres, esgrima, físico culturismo, futbol, gimnasia, judo, levantamiento de pesas, lucha olímpica, montañismo, motociclismo, natación, softbol, tenis, tenis de mesa, tiro, tiro con arco y voleibol.

Además poco o nada se hace uso del talento humano que instituciones como INDES capacita para implementar la psicología aplicada al deporte.

Dentro de la Universidad de El Salvador encontramos al Club Deportivo Universidad de El Salvador, equipo fundado desde hace más de cincuenta años, que cuenta con sus respectiva plantilla de jugadores, la junta directiva del equipo y el cuerpo técnico, dicha organización deportiva carece en su estructura de personas que trabajen en el abordaje del área psicológica y se enfocan solamente en tres áreas del rendimiento deportivo.

El presente trabajo de grado pretende dos objetivos principales, un objetivo enfocado meramente a la investigación de los factores psicosociales que influyen en el rendimiento deportivo de los futbolistas de Club Deportivo Universidad de El Salvador, y el otro es ofrecer y devolver a la misma institución los recursos psicológicos aprendidos durante el curso de la licenciatura en psicología.

## **Objetivos**

### Objetivo General

- Diagnosticar los factores psicosociales que influyen en el rendimiento deportivos de los jugadores de Club Deportivo Universidad de El Salvador.

### Objetivos Específicos

- Identificar los factores psicosociales que son más frecuentes en los jugadores de Club Deportivo Universidad de El Salvador que influyen en su rendimiento deportivo.
- Clasificar los factores psicosociales con los elementos del rendimiento deportivo.
- Analizar como la autoconfianza de los atletas influye en la integración y cohesión con el grupo.
- Examinar como la focalización de los atletas antes de un partido de futbol oficial influye en una adecuada o inadecuada concentración durante el juego.



## CAPITULO II: MARCO TEORICO

### 2.1.1 Historia de psicología deportiva

Es muy complicado describir el momento exacto en el que surge la Psicología del Deporte, muchos autores se remontan más a la ubicación geográfica que a los autores y sus investigaciones. En sí, la psicología deportiva es una ciencia joven, y el hecho de investigar sus inicios es una tarea difícil, además que los trabajos en dicha área son pocos.

Las primeras reseñas documentadas que se refieren a la psicología aplicada al deporte se encuentran a finales del siglo XIX, principalmente de Europa y Estados Unidos<sup>1</sup>. El reconocimiento oficial de esta ciencia no tuvo lugar hasta la celebración del I Congreso Mundial de Psicología del Deporte en Roma (1965), pero su aceptación académica e institucional no se produjo hasta el año de 1986, fecha en la que la American Psychology Association (APA) creó la división cuarenta y siete: "Exercise and Sport Psychology".

Dentro del desarrollo de la Psicología del Deporte se pueden distinguir, al menos, cuatro fases o etapas<sup>2</sup>:

En primer lugar, la que se ha dado en llamar **etapa de los Precursores (1890-1919)**, una etapa en la que se recogen y detallan los intuitivos trabajos de algunos autores pioneros que tratan de poner de relieve la importancia de los factores psicológicos en la práctica del deporte y el ejercicio físico. En general, son trabajos aislados, muy centrados en los intereses personales de los investigadores y realizados con el rudimentario arsenal metodológico de la época.

Como señala Lorenzo (1997)<sup>3</sup>, es importante destacar que los primeros trabajos de esta etapa fueron fundamentalmente teóricos y que, por este motivo, la

---

<sup>1</sup> Guevara, Mario Enrique et al. 2012. Programa de Intervención Psicológica Para Atletas de Alto Rendimiento Categoría CODICADER del Instituto Nacional de los Deportes en la Ciudad de San Miguel. Tesis. Universidad de El Salvador, Facultad de Ciencias y Humanidades. Página 21.

<sup>2</sup> López García, E. y Garcés de los Fayos, E. (2002) Desarrollo histórico de la psicología del deporte. Murcia. Página 16.

<sup>3</sup> Lorenzo, J. 1997. Psicología del deporte. Madrid, España: Síntesis. Página 35.

mayoría de ellos no contaban con una base experimental que pudiera darles un valor legítimo o verídico. Generalmente, eran trabajos *“basados en reflexiones personales, trabajos que intentaban explicar porque los expertos en la actividad física y los deportistas debían tener en cuenta los factores psicológicos y que beneficios podrían obtenerse de la práctica del deporte y el ejercicio físico”*. En esa época se estaba más interesado por descubrir y explicar porque los seres humanos juegan y por qué el juego afecta positivamente a su desarrollo.

En esa época Patrick (1903)<sup>4</sup> a través de un trabajo teórico reconocido sobre dicha temática, hace énfasis en que las personas “espectadoras” eran atraídas a los estadios de futbol americano porque un partido de futbol actuaba como una especie de catarse (descarga emocional), liberando los sentimientos reprimidos y permitiéndoles (a los espectadores) regresar de forma más productiva a las obligaciones de la vida cotidiana. Los trabajos experimentales se desarrollaron en Estados Unidos a finales del siglo XIX y comienzos del XX, dichos experimentos se centran en el aprendizaje motor, tiempo de reacción, transferencia del aprendizaje, etc. Estas investigaciones experimentales dieron las contribuciones más concretas al ámbito de lo que se conoce como Psicología del Deporte.

La segunda etapa, que se puede ser considerada como una fase preparatoria para la cristalización de la Psicología del Deporte, es la denominada **etapa de formación (1920-1944)**. Se trata, a grandes rasgos, de un intervalo histórico caracterizado por la formulación de distintas concepciones teóricas y de investigación específicamente ideada para dar respuesta a las demandas provenientes del entorno deportivo. En esta etapa destacan los trabajos de los psicólogos que son mayoritariamente considerados como los “padres” de esta ciencia: Alexander Puni y Peter Rudik en la extinta Unión Soviética, y Coleman Griffith en los Estados Unidos.

Es un periodo caracterizado, fundamentalmente, por la aparición de ciertos estudios e investigaciones sobre la formación del hábito motor, los tiempos de

---

<sup>4</sup> Lorenzo, J. 1997. Psicología del deporte. Madrid, España: Síntesis. Página 35.

<sup>4</sup> Cruz, J. (1997) Los antecedentes inmediatos de la Psicología del Deporte. Página 18.

reacción y la influencia del deporte en la personalidad, que actualmente son considerados como: “los antecedentes inmediatos de la Psicología del Deporte”<sup>5</sup>.

La psicología del deporte se inició de forma sistémica en Europa en el primer cuarto del siglo XX. Unos cuantos años después de haber finalizado la Primera Guerra Mundial, es importante recordar que en este periodo, se creó en Berlín el que es considerado el primer laboratorio de Psicología del Deporte, ideado y realizado por Carl Diem en 1920, este laboratorio significó para muchos el comienzo de la psicología deportiva a nivel mundial.

Según Cruz (1997)<sup>6</sup>, un hecho importante de esta etapa se dio hasta 1930, cuando en la Unión Soviética se creó el Instituto Central de Investigación Científica para el Estudio de la Educación Física en Moscú. El objetivo principal de dicho instituto era coordinar las investigaciones que se realizaban en las diferentes ciencias aplicadas al deporte (biología, fisiología, psicología, medicina, etc.) a fin de mejorar, en todos los aspectos posibles, la preparación del deportista para la competición. Se comenzaron a concretar en este periodo el estudio en cuanto a las motivaciones e intereses de los atletas por la práctica deportiva, las características de personalidad que dan significado al concepto de “poder mental” y las tensiones de los atletas previas a la competición.

En esta época también comenzaron a tocarse un poco los temas relacionados con la ansiedad y la personalidad, como puntos clave de estudios e investigaciones en el área de psicología del deporte. En Estados Unidos Coleman Griffith comenzó a hacer énfasis en sus investigaciones a través de la observación de campo y a las entrevistas a los deportistas.

La tercera etapa, llamada **etapa de crecimiento (1954-1964)**, se inicia tras la Segunda Guerra Mundial con aportaciones sistemáticas a esta especialidad de la Psicología aplicada al deporte, sobre todo en el campo de aprendizaje motor, de la evaluación y de la personalidad.

---

<sup>6</sup> Cruz, J. (1997) Los antecedentes inmediatos de la Psicología del Deporte. Página 20.

Sin embargo, en 1953, Howel destaca investigaciones sobre la influencia del estrés en el rendimiento deportivo, los trabajos de W. Johnson (1949) sobre las reacciones emocionales de los deportistas y, especialmente, los estudios de Neumann (1957) sobre las diferencias de personalidad entre deportistas que compiten, deportistas que practican deportes recreativos y no deportistas. En este caso, los pioneros fueron Bruce Ogilvie y Thomas Tutko, que comenzaron a utilizar test y escalas de evaluación para estudiar los rasgos de personalidad de los deportistas de elite.

En esta época, comenzó a disminuir el interés por el aprendizaje motor entre los psicólogos, mientras se aumentaba el número de profesionales de la educación física interesados por el tema. El libro "Psychology of coaching" de J. Lawther (1951), fue el único trabajo de la década de los cincuenta que despertó el interés de los entrenadores por aprender algo más sobre temas como la motivación deportiva, la cohesión del equipo y las relaciones interpersonales.

Según Cruz (1997)<sup>7</sup>, en esta etapa se desarrolló *"una psicología del deporte aplicada a la preparación del deportista para la competición, siguiendo las líneas marcadas por los padres de la psicología deportiva soviética: Alexander Puni y Peter Rudik"*.

En 1946 y 1960, el tema de investigación predominante fue en la preparación de las tensiones previas a las competiciones en deportistas elites. Para ese entonces, las tensiones antes de una competición, al igual que el nivel de activación de los deportistas, se evaluaba mediante test psicofisiológicos (frecuencia cardíaca, actividad muscular, presión sanguínea, ritmo respiratorio, etc.) y test psicomotores (coordinación motora, equilibrio, tiempo de reacción, etc.), para luego proceder, a través de los resultados en un programa específico de intervención.

De esta manera, a través de reacciones físicas y psicológicas se trataban de identificar el nivel óptimo de activación de cada deportista, a fin de que este, aplicando diferentes técnicas psicológicas, pudiera aumentar o disminuir, según

---

<sup>7</sup> Lorenzo, J. 1997. Psicología del deporte. Madrid, España: Síntesis.

fuese el caso, su nivel de activación real y así obtener el máximo rendimiento en la competición.

La cuarta y última etapa es denominada **fase de consolidación (1965-2000)**, un periodo histórico, todavía sin concluir, en el que se observa la aparición de estudios dedicados tanto a la investigación como a la evaluación e intervención. El comienzo de esta etapa, según Lorenzo (1997)<sup>8</sup>, se establece o bien por la fecha de la celebración del I Congreso Internacional de Psicología del Deporte, que tuvo lugar en Roma en 1965, o por la aparición de la primera asociación americana de Psicología del Deporte, en 1967.

De acuerdo con Rudik en 1960, la preparación psicológica toma auge y debe de realizarse en función de dos factores: a) las necesidades específicas de cada deportista, y b) las demandas psicológicas de cada deporte y de cada competición. Pero a nivel empírico la técnica más utilizada para la intervención de deportistas fue el entrenamiento modelado del checo Miroslav Vanek, un entrenamiento que dibuja a grandes rasgos el entorno competitivo al que de enfrentarse posteriormente el atleta. Este tipo de intervención implica la producción gradual de variables ambientales, técnicas y tácticas en la situación de entrenamiento, de manera que este se asemeje cada vez más a las condiciones que el deportista va a encontrar en la competición y, de esta forma, sea capaz de afrontar mejor el estrés de la competición real.

En conclusión, para esta etapa los estudios se centraron en la preparación psicológica de los deportistas para las competiciones. La década de los setenta representa el periodo en el que la Psicología del Deporte empezó a ser plenamente reconocida como una nueva disciplina dentro de las ciencias del deporte en Norteamérica y en la mayoría de los países occidentales.

---

<sup>8</sup> Lorenzo, J. (1997) Psicología del deporte. Madrid.

La década de los ochenta represento la ampliación del marco teórico, de un rigor metodológico y el incremento de las investigaciones en el campo de la Psicología del Deporte. Cada vez son más los profesionales de la psicología aplicada que trabajan con equipos o federaciones, así como también las asociaciones profesionales de psicólogos se muestran mucho más abiertas a considerar el deporte como un ámbito relevante, tanto para la investigación como para la aplicación de la psicología. Según Cruz (1997)<sup>9</sup>, podemos afirmar que las perspectivas futuras de la psicología deportiva son buenas y desafiantes, y son buenas a nivel mundial, *“por el aumento de demandas de asesoramiento psicológico por parte de entrenadores, deportistas y directivos, y por el mayor número y calidad de los trabajos de investigación e intervención que se están realizando”*. Asimismo, son desafiantes porque *“el futuro de la Psicología del Deporte depende básicamente del desarrollo teórico de la disciplina, de las líneas de investigación que se generen, de la efectividad de las aplicaciones prácticas que se llevan a cabo en este campo, así como de la formación que reciban los futuros profesionales”*

### **2.1.2 ¿Qué es la psicología del deporte?**

Como bien se sabe, la ciencia psicológica se basa en el estudio del comportamiento humano, durante décadas, dicha ciencia se ha ido aplicando a diferentes ámbitos de la vida, como lo son el área laboral, el área de la salud pública, el área forense y hasta el área deportiva.

Pero a diferencia de otras áreas donde interviene la ciencia psicológica, el área deportiva es un área donde se mueven miles de espectadores, de dinero, de objetivos; uno de los principales rasgos del deporte en la actualidad es su manifestación eminentemente competitiva, hablamos de “deporte” cuando personas o grupos de personas compiten entre sí para obtener mejores resultados en competencias y a nivel individual (batir records), sumar, ganar o vencer. Es de esta manera que el deporte se convierte en un verdadero reto humano, tanto a nivel individual como colectivo y social; y no solo para aquel que ejerce deporte,

---

<sup>9</sup> Lorenzo, J. (1997) Psicología del deporte. Madrid.

sino para el cuerpo técnico y los diferentes investigadores interesados en la temáticas del alto rendimiento deportivo.

*“El conocimiento psicológico no debería ser patrimonio exclusivo de los psicólogos, sino que sería deseable que todos los que integran la comunicad deportiva, especialmente entrenadores y deportistas, tuvieran elementos de juicio suficiente para poder identificar los factores psicológicos que influyen en la práctica y en el rendimiento deportivo” (Riera, 1985)<sup>10</sup>*

Existen muchos dilemas de que ciencia le pertenece a quien, si la psicología es aplicada al deporte o el deporte se aplica a la psicología, pero actualmente la Psicología del deporte se entiende como una sub-disciplina de la psicología, una especialidad de esta ciencia que trata de aplicar los principios del saber psicológico al campo de la actividad física y el deporte. La psicología del deporte debe por ende contemplar todos aquellos cambios que se estén produciendo en la organización y las manifestaciones de las actividades deportivas, recreativas y competitivas. Como señala Lorenzo (1997<sup>11</sup>), *“La psicología, como ciencia de apoyo al deporte y al deportista que es, está destinada a suministrar un análisis de la vertiente psicológica de la actividad física y deportiva, para ayudar a la solución de los múltiples problemas asociados con la práctica del deporte”.*

Entonces, la psicología deportiva ha de encargarse de dos grandes áreas, una de los factores psicológicos que determinan el ejercicio y la práctica deportiva, y la segunda área, de los efectos psicológicos que se derivan de tal participación. La mayoría de los estudios actuales de psicología deportiva apuntan a dos objetivos: a) aprender el modo en que los factores psicológicos afectan al rendimiento físico de los individuos, y b) comprender la forma en que la participación en el deporte afecta al desarrollo, la salud y el bienestar personal de los deportistas.

Así podemos concluir que la psicología del deporte surge como un esfuerzo para estudiar y potenciar el comportamiento deportivo. En palabras de Weinberg y

---

<sup>10</sup> Guevara, Mario Enrique et al. 2012. Programa de intervención psicológica para atletas de alto rendimiento. Tesis. San Salvador, El Salvador.

<sup>11</sup> Lorenzo, J. (1997) Psicología del deporte. Madrid.

Gould (1996)<sup>12</sup>, *“La psicología del deporte y del ejercicio físico no es sino el estudio científico de las personas y su conducta en el contexto del deporte y la actividad física”*. La psicología deportiva es la ciencia dedicada fundamentalmente al estudio del comportamiento del ser humano antes, durante y después de la práctica deportiva. Trata de identificar, comprender y explicar aquellas teorías y técnicas propiamente psicológicas que pueden ser utilizadas en el deporte con objeto de mejorar el rendimiento y el desarrollo personal de los deportistas.

La psicología deportiva puede también abordar temas relacionados con la interacción sana del deportista con las demás personas, a las percepciones del mundo, las actitudes, las tensiones y el control del estrés, la incapacidad o capacidad para alcanzar metas y objetivos, la insatisfacción personal o las dificultades del deportista para desenvolverse convenientemente.

### **2.1.3 Psicología deportiva en El Salvador**

Como parte de un convenio de colaboración técnica entre la Empresa Cuba deportes, S.A. y el Instituto Nacional de los Deportes de El Salvador (INDES), arribó al país centroamericano en Marzo del año 1999 la especialista cubana en Psicología del Deporte Licenciada Cristina Sussé Bilbao, quien era portadora de la experiencia acumulada por esta ciencia durante más de veinte años dentro del sistema del Alto Rendimiento Deportivo en nuestro país<sup>13</sup>.

Ante los retos que esta tarea representaba, Sussé se planteó como objetivos no sólo brindar asistencia desde el punto de vista psicológico a varias federaciones deportivas que así lo solicitaban, sino que al regreso a su país de origen, dejar la semilla en formación de especialistas capaces de continuar dichas labores hasta lograr enmarcar las mismas dentro del conjunto de especialidades que apoyan científicamente el ascendente desarrollo en esa pequeña nación centroamericana, de esta manera promoviendo su precursor por varias universidades a mediados de

---

<sup>12</sup> López García, E. y Garcés de los Fayos, E. (2002) Desarrollo histórico de la psicología del deporte. Murcia. Página 16.

<sup>13</sup> Guevara, Mario Enrique et al. 2012. Programa de Intervención Psicológica Para Atletas de Alto Rendimiento Categoría CODICADER del Instituto Nacional de los Deportes en la Ciudad de San Miguel. Tesis. Universidad de El Salvador, Facultad de Ciencias y Humanidades. Página 25.



dicho año, con el apoyo de la alta dirección de los deportes en ese país y en particular del Licenciado José Roberto Hernández, Director Ejecutivo de INDES, comenzó a funcionar el Proyecto de Psicología Deportiva del INDES, con varios estudiantes de los años terminales tercero, cuarto y quinto año de la carrera de Psicología de la Universidad Nacional de El Salvador, Universidad Politécnica, Universidad Tecnológica y Universidad Centroamericana José Simeón Cañas.

En ese momento el objetivo fundamental del trabajo fue dotar a dichos estudiantes de los conocimientos necesarios para llevar a cabo la atención directa a diferentes federaciones ya no sólo de manera asistencial sino en el propio terreno de la ejecución del entrenamiento deportivo como medio de familiarización con actividades más complejas que el mero trabajo de apoyo psicológico a los atletas.

Así comenzó una serie de capacitación en el área que se fueron instaurando y que se combinaban con el trabajo de campo, tomando como base la experiencia de la cubana Sussé en el plano del trabajo del psicólogo deportivo en la preparación psicológica de deportistas para las competiciones de alto rendimiento en el marco de Juegos Olímpicos, Campeonatos Mundiales y Juegos Regionales con el empleo intensivo de recursos y habilidades de y para los deportistas.

Durante estas capacitaciones se impartían temáticas tan generales como el surgimiento, objeto de estudio, tareas, métodos de investigación de la rama de psicología deportiva hasta otras tan particulares como vivencias emocionales en la actividad física y el deporte, la personalidad del deportista, sus peculiaridades, los tipo de preparación psicológica, etc. Hasta el año 2003 se siguió especializando el proyecto que había iniciado con Sussé, dando así capacitaciones a entrenadores, asesorías en el área de alto rendimiento del deporte salvadoreño, especialmente en la preparación para los Juegos Centroamericanos y del Caribe, Panamericanos y Olimpiadas. Tanto fue el éxito de dicho proyecto que a finales de 2003 se llevó a cabo la Primera Promoción de Especialistas en Psicología Deportiva “Lic. José R. Hernández”.

Desafortunadamente, hasta la fecha, dicho auge de la Psicología deportiva en El Salvador ha disminuido su demanda, y son pocas o casi nulas las oportunidades de proyectos en Psicología del Deporte que permitan ampliar los conocimientos a los psicólogos en general. Se ha dejado de lado tanto el desarrollo deportivo como el desarrollo psicológico a nivel nacional.

#### **2.1.4 Papel del psicólogo deportivo y la Psicología del Deporte**

Una función primaria de cualquier disciplina especializada es hacer avanzar el conocimiento en el seno de la misma, lo que se lleva a cabo mediante la investigación. Una de las principales funciones del psicólogo deportivo es desarrollar competencias por medio del aprendizaje para el aumento de destrezas psicológicas a fin de maximizar el rendimiento en competición y en el entrenamiento.

Pero se debe de entender que esta área de la Psicología del Deporte, el psicólogo juega un papel multidisciplinario con médicos deportivos, fisioterapeutas, nutricionistas, preparadores físico, entrenadores y cuerpo técnico en general.

Las funciones que realiza el psicólogo deportivo pueden dividirse en tres áreas: A) Actividades referentes al ámbito deportivo, tales como conocimiento de la disciplina, exigencias de características físicas, técnico, técnico y psicológico, observación en entrenamiento y competiciones, entrevistas a jugadores, cuerpo técnico y directivos y, estructuración del plan de trabajo anual dentro de los equipos o federaciones. B) Atención clínica, en caso de que los atletas lo requieran o sean remitidos por cuerpo técnico, médicos u ellos mismo. C) Tareas organizacionales, ya que un equipo de futbol o una federación representan una organización, el psicólogo debe de estar preparado para dar apoyo a otras tareas que necesiten de su conocimiento de la conducta humana, ya sea con redes internacionales o interinstitucionales.

Los métodos, técnicas o ejercicios que debe de ejercer un psicólogo deportivos son: observación, entrevista, aplicación de pruebas psicológicas, preparación de cuestionarios específicos para el deporte, los deportistas o las características del

equipo o federación, establecimiento de objetivos, análisis racional, técnicas de relajación y respiración, técnicas de visualización y ensayo mental, técnicas de imaginación dirigida, pensamiento táctico, entrenamiento sensorio motor, pruebas de terreno, intervención en crisis, técnicas de activación, cohesión grupal, orientación y participación familiar, charlas motivacionales, entre otros conocimientos que benefician el desarrollo de los atletas, entrenadores y cuerpo técnico en general.

Asimismo, los psicólogos deportivos pueden participar en eventos como pretemporadas, competiciones oficiales, entrenamientos o sesiones de recuperación de lesiones. El Psicólogo del Deporte, no es solo un terapeuta, un solucionador de problemas emocionales que constituyen una barrera psicológica para el rendimiento del atleta (País - Rivero, 1989)<sup>14</sup>, sino que puede ofrecer y desempeñar una gama más amplia y enriquecedora de funciones y no solo orientada al deportista, sino a la mayoría de las personas implicadas en la situación deportiva.

Para comprender el papel del Psicólogo del Deporte es importante conocer las funciones que tradicionalmente han venido ejerciendo. Inicialmente los servicios que los técnicos y entrenadores deportivos demandaban del psicólogo se centraban en tareas de evaluación mediante test y cuestionarios. Existían dos razones por parte del Psicólogo para aceptar el papel de evaluador. La primera se relacionaba con su falta de especialización en ciencias del deporte, la segunda asumiendo el papel según el cual el Psicólogo del Deporte utilizaba las habilidades especiales que el solo poseía y en las que había sido entrenado.

La adopción del papel de auxiliar respecto a los entrenadores se debían en parte a que eran un experto en deporte o ejercicios el que requería su servicio, y también al no tener contacto directo con los deportistas, pues generalmente lo hacía a través del entrenador quien ejercía un estrecho control de todos los deportistas a su cargo.

---

<sup>14</sup> [www.efdeportes.com](http://www.efdeportes.com)

Específicamente su rol profesional se desenvuelve en los siguientes ámbitos: Evaluación y diagnóstico, Planificación y asesoramiento, Intervención, Educación y-o formación, e Investigación<sup>15</sup>.

#### A) Evaluación y diagnóstico

Esta función tiene como objetivo tratar de identificar la conducta objeto de estudio en las diferentes variables de respuesta así como aquellas que las mantienen o las controlan. La evaluación no se reduce solo al análisis de sujetos sino que ha de centrarse en las relaciones que las personas establecen con su medio físico, biológico y social. Por ello el Psicólogo del Deporte debe evaluar el contexto deportivo que incluye a los deportistas, entrenadores, jueces, directivos, familiares, espectadores, medios y de comunicación. Para llevar a cabo dicha evaluación este profesional utiliza instrumentos y procedimientos de evaluación válidos y fiables.

#### B) Planificación y asesoramiento

La función de planificación y asesoramiento del Psicólogo del Deporte persigue como objetivo fundamental ofrecer información y orientación a todas aquellas personas vinculadas de una u otra forma con la actividad física y el deporte, como son los deportistas y practicantes en general, técnicos deportivos, entrenadores, preparadores físicos, médicos deportivos, fisioterapeutas, dirigentes deportivos, con competencias en el ámbito deportivo.

El contenido del asesoramiento se refiere a los siguientes aspectos:

- Ψ Los resultados y conclusiones de los procesos de evaluación psicológica y los estudios de investigación a través de los cuales puede llegar a establecerse la implicación de variables psicológicas en: el rendimiento deportivo, la adherencia a la actividad física y la práctica de una determinada modalidad deportiva, el estilo profesional del técnico deportivo, del responsable de una organización deportiva y del responsable político

---

<sup>15</sup> [www.efdeportes.com](http://www.efdeportes.com)

con competencia en el deporte, la consecución de los objetivos de los programas de la actividad física y el deporte, otras áreas emergentes.

- Ψ Las alternativas y posibilidades de intervención psicológica más adecuadas en cada caso, las cuales tienen que ver con las distintas vertientes de actuación
- Ψ La realización de planes, programas y proyectos deportivos.
- Ψ La promoción del deporte y la práctica de la actividad física a nivel comunitario.

### C) Intervención

La intervención del Psicólogo del Deporte se desarrolla en tres grandes ámbitos de aplicación que son el deporte de Alto Rendimiento, y el Deporte de Base o Iniciación. Por lo tanto la función del psicólogo se circunscribe a las necesidades de estas áreas y se concreta en las siguientes intervenciones:

- Ψ Entrenamiento psicológico: desarrollo y mantenimiento de las habilidades psicológicas implicadas en las actividades físicas y el deporte (motivación, atención, concentración, auto instrucciones,) etc.
- Ψ Diseño y aplicación de estrategias psicológicas para el análisis seguimiento y modificación de la actividad física y deportiva.

Al igual que el entrenamiento físico pretende incidir sobre variables relevantes para el rendimiento como la resistencia, la fuerza, la flexibilidad o la velocidad, el trabajo psicológico debe centrarse en la manipulación de variables psicológicas que también sean relevantes en este contexto, tales como la motivación, el estrés psicosocial, la auto-confianza, la auto-estima, los estados de ánimo, el nivel de activación, la atención, la toma de decisiones, la agresividad, la constancia o persistencia, las relaciones interpersonales y la cohesión de equipo, teniendo en cuenta las condiciones ambientales y personales que afectan a estas variables y las estrategias que pueden controlarlas en la dirección adecuada.

Como ya se ha señalado, la manipulación de estas variables dependerá de las necesidades existentes en cada momento concreto. Por ejemplo, en la pretemporada o en general en periodos alejados de la competición caracterizados por una elevada carga de trabajo físico y técnico, será muy importante incrementar la motivación por la actividad deportiva, eliminar el estrés asociado a situaciones ajenas al entrenamiento y conseguir que la atención se centre en los objetivos y tareas de este periodo de entrenamiento, pero al mismo tiempo quizás convenga provocar estrés en relación a las demandas deportivas del entrenamiento (para que los deportistas se acostumbren a enfrentarse a las dificultades de la competición), desarrollar una cierta inseguridad respecto a los propios recursos (que alerte y predisponga favorablemente a los deportistas respecto a la necesidad de entrenar) y favorecer una cierta rivalidad deportiva interna entre los miembros del equipo (que evite el acomodamiento y motive a los deportistas a entrenar).

Sin embargo, cuando la competición esté cerca, aunque en ocasiones puedan observarse déficit, lo normal es que la motivación sea ya suficientemente elevada y que no sea necesario incrementarla sino controlarla para que no aumente en exceso, resultando muy importante, además, sustituir la inseguridad respecto a los propios recursos por una elevada auto-confianza que contrarreste el potencial estresante de la competición, y reemplazar la rivalidad interna por una sólida y apropiada cohesión de equipo.

Asimismo, será importante mantener bajo el nivel de activación del organismo en las horas anteriores a la participación en la competición (para que el deportista funcione bien y acumule energía), pero también conseguir en los momentos previos un nivel de activación apropiado (el considerado nivel óptimo) para comenzar la competición en las mejores condiciones físicas y mentales; y también que en el transcurso de la competición la atención se centre en las cuestiones que sean relevantes para rendir al máximo en el momento presente, evitando desviarse hacia cuestiones superfluas que distraigan al deportista o que puedan ser estresantes y perjudiquen el estado psicológico apropiado para conseguir el

máximo rendimiento posible (como analizar en profundidad lo sucedido en las acciones anteriores o estar demasiado pendiente del marcador, de la actuación de los árbitros, de sus sensaciones de cansancio o dolor, o de cuestiones ajenas a su control).

Por tanto, en contraste con lo que todavía piensan algunas personas del deporte, el trabajo psicológico no es algo que sirva únicamente para los deportistas con problemas emocionales o alteraciones mentales de cualquier tipo, sino que constituye una rama más de la preparación global del deportista, al igual que la preparación física, el entrenamiento técnico o el entrenamiento táctico.

#### D) Educación y/o formación

La función de educación y formación del Psicólogo del Deporte se puede definir como la transmisión de contenidos sobre la actividad física y el deporte dirigido a las personas relacionadas con dicha actividad como son los entrenadores, jueces árbitros, médicos, fisioterapeutas, familiares, directivos a través de actividades planificadas (cursos, seminarios, jornadas) y otras que forman parte de la propia intervención.

#### E) Investigación

La investigación es fundamental en este nuevo campo de la psicología por ser una fuente principal de la formación y de la intervención. Debido a la variedad de ámbitos de aplicación se pueden considerar múltiples objetos de estudio, en relación a las funciones del Psicólogo del Deporte, al conjunto de sus áreas de intervención y a la interacción con las personas o instituciones implicadas.

Se extiende a desarrollar formulaciones sobre las que sustentan sus formas de intervención, así como la investigación de las técnicas y procedimiento de diagnóstico, intervención y evaluación de los resultados. Debe ocuparse además de modelos explicativos del comportamiento deportivo que solo pueden ser

conseguidos mediante un amplio conocimiento de los hechos, leyes y teorías explicativas de la actividad física y deportiva.

Cruz y Cantón (1990)<sup>16</sup>, plantean que el Psicólogo del Deporte debe poseer un buen conocimiento de los procesos psicológicos básicos porque todos ellos tienen su importancia en cualquier situación deportiva.

En aquellos casos en que el Psicólogo del Deporte une a su formación básica en psicología una adecuada preparación metodológica y un buen conocimiento del deporte se ha traducido en una mejor comprensión de las actividades deportivas y por lo tanto de un avance de la investigación, pilar básico para la aportación de soluciones prácticas tendentes a la mejora de su desempeño profesional.

La investigación no tiene por qué ser algo aséptico que precise costosos equipos humanos y materiales. Durante el día a día del trabajo de psicólogo surgen datos que pueden ser de interés para el resto de la comunidad científica. Si este trabajo se realiza siguiendo unas normas metodológicas mínimas, gracias al avance actual en instrumentos en Ciencias Sociales: cuestionarios hojas de registro, programas informativos, para el análisis estadístico de los datos.

En sí, el rol del psicólogo deportivo y los profesionales que desarrollan la psicología del deporte, puede clasificarse de acuerdo a sus funciones en<sup>17</sup>:

a) Psicólogo clínico: su función es terapéutica y de apoyo, para la modificación y cambio de conductas desequilibradas.

b) Psicólogo educativo: es un educador y potenciador de conductas y habilidades convenientes para el equilibrio personal y desarrollo social.

---

<sup>16</sup> [www.efdeportes.com](http://www.efdeportes.com)

<sup>17</sup> Carrasco Bellido et al. Instituto Nacional de Educación Física. "Psicología del Deporte". Universidad Politécnica de Madrid, España. Página 12.



c) Psicólogo para la salud: es un estimulador de conductas saludables entre la educación – orientación y la clínica. Programas deportivos como terapias de apoyo o grupos de apoyo son un ejemplo de ello.

### **2.1.5 Historia del Futbol**

Existen varias historias sobre cómo y dónde se dio el origen del futbol, muchos historiadores de dicha rama deportiva sostienen que comenzó en el continente Europeo, mientras que otros sostienen que sus orígenes van más allá del siglo XIX y se atreven a decir que el futbol tuvo su origen en el continente Americano, donde los mayas y muchas otras tribus lo practicaban.

Sin embargo, según la Federación Internacional de Futbol Asociación, mejor conocido por sus siglas como FIFA<sup>18</sup>, determina que a través de la historia moderna del deporte, que el futbol como tal, nació en los años de 1863 en el continente Europeo, específicamente en el país de Inglaterra, cuando en dicho país se separaron los caminos del “rugby-football” y del “association football”.

FIFA menciona que la forma más antigua del juego, del que se tenga conocimiento hasta el momento o ciencia cierta, es a través de un manual de ejercicios militares que remonta a la China de la dinastía de Han, en los siglos II y III AC.

Según la Federación Internacional de Futbol Asociación “Se lo conocía como “Ts'uh Kúh”, y consistía en una bola de cuero rellena con plumas y pelos, que tenía que ser lanzada con el pie a una pequeña red. Ésta estaba colocada entre largas varas de bambú, separadas por una apertura de 30 a 40 centímetros. Otra modalidad, descrita en el mismo manual, consistía en que los jugadores, en su camino a la meta, debían sortear los ataques de un rival, pudiendo jugar la bola con pies, pecho, espalda y hombros, pero no con la mano”.

Otras historias del origen de este deporte están basadas en un juego Japonés, 500 o 600 años más tardes que el juego Chino; pero más allá se encuentran las historias griegas del “Epislcycros” y el “Harpastum” romano, de las cuales se

---

<sup>18</sup> [www.FIFA.com](http://www.FIFA.com)

conoce poco, en el que los romanos tenían un balón más chico y dos equipos jugaban en un terreno rectangular, limitado con líneas de marcación y dividido con una línea media, el objetivo era enviar el balón al campo del oponente, para lo cual se lo pasaban entre ellos, apelando a la astucia para lograrlo. Este deporte fue muy popular entre los años 700 y 800, y si bien los romanos lo introdujeron en Gran Bretaña, el uso del pie era tan diferente que su ascendencia en el fútbol es relativa.

### **2.1.6 Historia del Fútbol Salvadoreño**

Según los datos históricos de la Federación Salvadoreña de Fútbol<sup>19</sup> y según el historiador Dr. Alejandro Gómez Vides “El fútbol salvadoreño tuvo su nacimiento en la ciudad de Santa Ana, y fue precisamente en la cancha Campo Marte donde se celebró por primera vez un juego”, con fecha exacta de 26 de julio de 1899.

En 1930, la selección salvadoreña participo en su primera competencia importante en los II Juegos Olímpicos Centroamericanos y del Caribe, celebrados en Cuba; se tiene registro en la FESFUT que el primer entrenador de la selección fue el norteamericano Marck Scott Thompson.

Cinco años después, El Salvador fue sede de los III Juegos Deportivos Centroamericanos y del Caribe, en esa época se construyó el estadio nacional Flor Blanco, hoy en día conocido como Estadio Mágico González. En esta ocasión, México se coronó campeón y Costa Rica en segundo lugar.

El fútbol salvadoreño trato de evolucionar rápidamente, por lo que, un 26 de abril de 1940 se aprobaron los Estatutos de la primera Federación Salvadoreña. Se tiene registros que en los VII Juegos Olímpicos de México en 1954, cuando El Salvador ganó el título en ese torneo, en manos del técnico nacional Carbilio Tomasin, dejando rivales como México y Colombia.

Para la FESFUT una fecha imborrable del fútbol salvadoreños fue el 13 de marzo de 1954, donde, en el propio estadio Universitario, El Salvador escribió una de las

---

<sup>19</sup> [www.fesfut.com](http://www.fesfut.com)

mejores hazañas, al derrotar 3-2 a México, cuando ninguna selección Centroamericana lo había logrado. La segunda época de oro del fútbol nacional, llegó en 1964 cuando arribó al país el connotado entrenador chileno Hernán Carrasco Vivanco, quien revolucionó el fútbol salvadoreño.

En 1970, la selección salvadoreña de fútbol participó por primera vez en una Copa Mundial de Fútbol y no sería hasta en 1982 que nuevamente, la selección salvadoreña de fútbol regresaría a competir una Copa Mundial de Fútbol en España. Figuras como Jorge “El Mágico” González, Norberto “El Pajarito” Hueso, Luis Ramírez Zapata, entre otros jugadores profesionales, han marcado un antes y un después en la historia del fútbol salvadoreño.

### **2.1.7 Club Deportivo Universidad de El Salvador**

Según Dr. Canjura, “En 1958 el Ingeniero Ernesto Kury Asprides sostenía que el máximo Centro de Estudios de nuestro país, tenía toda la fuerza legal para actuar en el fútbol de Primera División. Hizo la petición a la Asamblea Legislativa y fue denegada, debiendo ganar la Universidad su ascenso a la Liga “A”.

En 1966, cuando ya el equipo Universitario se encontraba en primera división, dirigidos en ese entonces por el argentino Gregorio Bundio Núñez, se desarrolló la rivalidad con el equipo de Alianza Fútbol Club, dirigidos por el chileno Hernán Carrasco Vivanco. En el equipo Universitario ya resonaban nombres como Jorge “Viteca” Pereyra, Mauricio “Pipo” Rodríguez, Tomas Pineda Nieto, entre otros.

En 1975, se comenzaron a jugar las finales en el Estadio Cuscatlán, el Club Universitario bajo el mando del Chileno Carlos Javier Mascaró clasificó a la semifinal, junto con Águila, Alianza y Fas, siendo eliminado por Águila. Un año más tarde, la situación de los Universitarios dio un giro drástico, y en el campeonato de 1976 el equipo Universitario tuvo que pelear la permanencia con el equipo de Sonsonate, Juventud Olímpica y Fuerte Aguilares, siendo este último el descendido en el torneo.

En el 1978 se comenzó a pensar en establecer un verdadero Club Deportivo con sede propia, y se elaboró una maqueta de las instalaciones, pero al final del campeonato solamente quedo en planificación. Ese campeonato del 78 el descendido fue Sonsonate. Un año más tarde, en 1979, el Club Universitario tuvo que despedirse de la Liga "A" comandados por el Director Técnico Juan Francisco Barraza.

El regreso del Club Universitario a la Liga "A" fue en el año de 1980, en el torneo 1981 la Universidad volvió a tocar las semifinales con a Independiente, Fas y Atlético Marte, quedando los Universitarios con el cuarto lugar. Dos años después, Universidad volvería a disputar la permanencia en la Liga "A" junto con ADET, siendo este último el descendido.

Universidad se mantuvo en la Primera División los dos años siguientes, sin el protagonismo inicial, descendiendo en 1986, año en el que se perdió el ímpetu y la afición (Dr. Orlando Canjura)<sup>20</sup>.

Tuvo que pasar veintitrés años, para que el equipo de Club Deportivo Universidad de El Salvador se coronara campeón del Torneo Clausura 2010 en la Liga de Ascenso, enfrentándose a Once Municipal el 06 de junio de 2010, equipo al que derroto con un dos a cero, a favor de los escarlatas en tiempo complementario.

El Club Deportivo Universidad de El Salvador terminó en la novena posición del Torneo Apertura 2010 de la Liga Mayor de Fútbol, en el que alcanzó tres victorias, todas de local. Su mejor goleador en el campeonato fue Rafael Burgos con seis anotaciones. El equipo estuvo bajo la dirección técnica del uruguayo Rubén Alonso hasta la jornada dieciséis, cuando fue sustituido por el salvadoreño Edgar Henríquez.

Hasta el clausura 2016, en el que terminaron en noveno lugar , salvando la categoría y a punto de clasificarse a una liguilla (cuartos de final) pero cuyo último

---

<sup>20</sup> Canjura, Dr. Orlando. 2000. Historia de Club Deportivo Universidad de El Salvador. San Salvador, El Salvador.

puesto de la liguilla fue cedido a Chalatenango por diferencia de un gol; la Universidad desde su ascenso en 2010 ha disputado doce torneos cortos, en los cuales muchos de ellos han salvado la categoría y para así mantenerse durante este periodo de seis años en la Liga Mayor de Fútbol Salvadoreño, en la actualidad el equipo Universitario es dirigido nuevamente por el Técnico Edgar Alonso Henríquez.

## 2. 2 Rendimiento deportivo

Es difícil definir el término de “Rendimiento deportivo”, ya que para muchos investigadores de educación física y psicología del deporte, dicho término abarca muchos aspectos, que podría ser imposible incluir en una sola definición. Han sido varios investigadores que han tratado de definirlo y algunos de los aspectos abordados son aptitudes, reacciones energéticas, unidades de ejecución y resultados de una acción deportiva, entre otros aspectos.

Pero en 1988, Grosser <sup>21</sup> plantea que rendimiento deportivo es *“El objetivo final del entrenamiento, es la mejora de la prestación o rendimiento deportivo, por lo tanto es necesario afrontar la tarea de definir el concepto de rendimiento deportivo, el rendimiento deportivo como algo complejo que comprende una cantidad de ámbitos concretos, capacidades, elementos y condicionantes que son aspectos diferenciados que no se pueden delimitar claramente, y aunque sus influencias mutuas son siempre grandes, el paso de uno a otro, a menudo no se aprecia”* .

Grosser no se queda solamente con la definición meramente bibliográfica, sino que además lo aborda como un fenómeno sistémico, por lo que propone cuatro definiciones del rendimiento deportivo en cuatro perspectivas (desde el punto de vista de las ciencias)<sup>22</sup>:

- A. Pedagogía: el rendimiento es la unidad entre la realización y resultado de una acción motriz deportiva, orientada en una norma social determinada.

---

<sup>21</sup> Vidaurreta Bueno, Rodolfo Ruvenio. 2011. Concepto de rendimiento en competición para el tiro deportivo. Revista Digital. Buenos Aires, Argentina. N° 152.

<sup>22</sup> Vidaurreta Bueno, Rodolfo Ruvenio. 2011. Concepto de rendimiento en competición para el tiro deportivo. Revista Digital. Buenos Aires, Argentina. N° 152.

- B. Física: el rendimiento es el cociente entre el trabajo y el tiempo empleado en dicho trabajo.
- C. Fisiología: el rendimiento es el balance energético por unidad de tiempo.
- D. Psicología: el rendimiento es la superación cuantificable de tareas, de pruebas establecidas, o bien alcanzar determinadas capacidades cognoscitivas, afectivas y psicomotrices.

De acuerdo a los intereses del proceso, se tomara en cuenta la última de las definiciones propuestas por Grosser, el rendimiento deportivo desde una perspectiva psicológica.

En cuanto a los propuesto por Hechavarria et al, se puede comprender que el rendimiento deportivo no solamente debe de estar condicionado estrictamente por la calidad del resultado en las competiciones, pero si se concuerda en el hecho de que los resultados en el rendimiento deportivo (sea en mejora o no) no necesariamente culmina con el éxito en las competiciones.

### **2.2.1 Elementos básicos del rendimiento deportivo**

Existen muchos elementos básicos que influyen en el rendimiento deportivo, sean estos interno o externos, pero los factores más influyentes en el alto rendimiento deportivo están: factores biomecánicas, psicológico, técnicos-tácticos, biológico-funcionales, bioquímicos y antropométrico-morfológicos. Los primeros tres factores requieren de un proceso de aprendizaje de las destrezas mediante un entrenamiento sistematizados, pero los últimos tres factores vienen en su mayoría, determinados por la carga genética y por la adaptación al ambiente, salud, dieta y entrenamiento deportivo.

Se puede entender que un deportista para que dé el máximo rendimiento deportivo necesita controlar a un nivel óptimo las siguientes cualidades psicológicas<sup>23</sup>:

---

<sup>23</sup> Martínez Sanz, José Miguel et al. 2012. Indicadores del rendimiento deportivo: aspectos psicológicos, fisiológicos, bioquímicos y antropométricos. Revista Digital, Buenos Aires, Argentina. N° 173.

- A. Control del nivel de activación (ansiedad), que permita actuar inteligentemente en situaciones competitivas cambiantes.
- B. Autoconfianza.
- C. Evitar pensamientos negativos (asumir riesgos físicos y de responsabilidades y no pensar constantemente en los errores anteriores).
- D. Focalización de la atención, esto hace que la preparación y entrenamiento de las destrezas psicológicas en los deportistas sea crucial.

El rendimiento deportivo, a nivel psicológico puede desarrollarse en deportistas de alto rendimiento deportivo durante cuatro periodos: periodo preparatorio, periodo específico, periodo pre-competitivo y periodo competitivo. Teniendo siempre en cuenta el objetivo psicológico, las técnicas psicológicas, las destrezas psicológicas y los casos que requieran intervención (como lesiones deportivas, falta de concentración, autoestima, miedo, pensamientos negativos, etc.)

Las destrezas psicológicas en deportistas de alto rendimiento deben de entrenarse durante la temporada competitiva como fuera de ella (estén o no en pre-temporada). A continuación veremos un poco más detallados los factores psicológicos que influyen en el rendimiento deportivo<sup>24</sup>:

A. Control en el nivel de activación (ansiedad):

Existe un acuerdo general, en que cada actividad e incluso cada momento de una actividad determinada requiere un nivel de activación concreto. Es obvio, por ejemplo, que a medida que se va acercando el momento de la competición, el deportista debe ir elevando progresivamente su nivel de activación, de cara a encontrarse más alerta y preparado para responder a las demandas que se le van a presentar. Estar más relajado de la cuenta al empezar el partido, solo provocará deterioros en sus tiempos de reacción, así como a la velocidad de sus movimientos y la fuerza-explosiva.

---

<sup>24</sup> Martínez Sanz, José Miguel et al. 2012. Indicadores del rendimiento deportivo: aspectos psicológicos, fisiológicos, bioquímicos y antropométricos. Revista Digital, Buenos Aires, Argentina. N° 173.

Por lo contrario todos conocemos las consecuencias de estar altamente activado de manera prematura: desgaste metabólico y nerviosismo innecesario (muy peligroso en deportes de larga duración), debido a que el deportistas puede encontrarse con problemas para conciliar el sueño y descansar la noche anterior, y porque el estado de tensión puede continuar al día siguiente hasta el inicio del partido con una menor eficiencia metabólica. Cuando se da esta circunstancia, se habla de ansiedad precompetitiva, y no parece exagerado decir, que en estas circunstancias ese deportista competirá en inferioridad de condiciones y que está medio derrotado antes de empezar siquiera la competición.

El caso contrario suele darse cuando un jugador va perdiendo su nivel de activación, de alerta (algunos lo llaman pérdida de concentración), a medida que va avanzando el partido, cosa que también sería perjudicial. Es necesario tener la activación adecuada, según cada momento de la competición.

#### B. Autoconfianza<sup>25</sup>

Si pensamos que no somos capaces de realizar determinada tarea o habilidad a la perfección probablemente no seremos capaces de hacerlo. De ahí parte la importancia de la autoconfianza en el deporte. La autoconfianza es un constructo en el que inciden diferentes matices que hacen que su comprensión sea a veces complicada.

La autoconfianza es la convicción que una persona tiene, en que puede llevar a cabo unas habilidades necesarias, para ejecutar con éxito la conducta requerida y producir un determinado resultado. En el ámbito deportivo se utiliza con frecuencia para referirse a la percepción que tiene la persona sobre su capacidad para enfrentarse a una determinada tarea.

Pero no sólo poseer una autoconfianza óptima hace mejorar el nivel de rendimiento del deportista, sino lo que es aún más importante es que previene lesiones, ansiedad, estrés etc. La autoconfianza es, por tanto, la convicción que

---

<sup>25</sup> Marin, Alicia Nicolás. 2009. Autoconfianza y deporte. Revista Digital, Buenos Aires, Argentina. N° 128.



posee una persona para superar una prueba basándose en sus habilidades (físicas y mentales).

Un deportista para lograr ciertos objetivos, además de tener las habilidades necesarias, requiere también de autoconfianza, y el pensar que puede conseguirlos, es imprescindible para conseguirlos. Para optimizar la autoconfianza y conseguir rendimientos óptimos, Nieto et al (1998)<sup>26</sup>, proponen pautas importantes a seguir:

- Ψ Conseguir éxitos y ejecuciones correctas
- Ψ Actuar y pensar con confianza
- Ψ Confiar en los profesionales que benefician al deportista (psicólogos deportivos, entrenadores, cuerpo técnico, etc.)
- Ψ Visualizar y planificar la practica-acción
- Ψ Adaptar los resultados a las características de los deportistas
- Ψ Establecer claros objetivos que aumenten su complejidad gradualmente
- Ψ Trabajar con los recursos disponibles
- Ψ Ofrecer feedback adecuadamente.

Para evaluar la autoconfianza en el deporte se debe de tener en cuenta: a) Además de la auto eficiencia mental es importante la auto eficiencia física, b) Evaluar un posible exceso de autoconfianza, c) Evaluar la autoconfianza reflejada en los entrenamientos y, d) Tener en cuenta otros hechos como la presión, el arbitraje, los compañeros de juego y los rivales.

La autoconfianza no garantiza el éxito en la ejecución pero, si no se tiene confianza, es menos probable que se obtenga un adecuado rendimiento. Muchos consideran que tener confianza es creer que van a ganar y aun cuando no sea posible que puedan lograrlo se les anima diciendo que son capaces de ello.

Tener autoconfianza es tener una perspectiva realista sobre lo que se puede conseguir. No es lo que los deportistas esperan hacer, sino lo que de forma

---

<sup>26</sup> Marin, Alicia Nicolás. 2009. Autoconfianza y deporte. Revista Digital, Buenos Aires, Argentina. N° 128.

realista sienten que son capaces de conseguir. Si se tiene un nivel óptimo de autoconfianza, se establecerán unas metas acorde con las habilidades y características individuales de cada sujeto, conocerán lo que pueden conseguir y cuáles son sus límites, reconociendo errores y luchando por corregirlos.

El nivel de autoconfianza de los deportistas afecta a sus niveles de motivación, concentración, resistencia física, manejo de la presión etc. Si la autoconfianza es baja, no se esforzarán lo suficiente y su rendimiento será menor.

El exceso de autoconfianza es tan perjudicial como la falta de ésta. Niveles altos de confianza hace pensar al deportista que ya no debe esforzarse tanto para conseguir una adecuada ejecución pudiendo llegar al fracaso. Este exceso produce confusión entre lo que es y lo que les gustaría que fuese, llevándoles a no admitir errores, autocrítica inadecuada, puede crear conflictos entre compañeros, maestros, entrenadores etc.

Por último, los factores que pueden afectar la autoconfianza son<sup>27</sup>:

- Ψ Resultados deportivos: Los resultados deportivos ayudan en gran medida a generar autoconfianza. Si por lo general se obtienen resultados positivos, la autoconfianza llegará sola. Por el contrario si los resultados no son los adecuados afectará indudablemente la autoconfianza.
- Ψ Nueva destreza: Cuando un deportista, en proceso de aprendizaje, está aprendiendo una nueva técnica o destreza puede afectar en su capacidad de autoconfianza si es que toma un tiempo más o menos prolongado en aprenderla en forma correcta.
- Ψ Falta de motivación extrínseca: Las fuentes de motivación son dos: intrínseca cuando la motivación proviene del propio deportistas (deseos de ser admirado por otros, ganar dinero, surgir, etc.) y extrínseca cuando la motivación proviene de fuera del deportista (comentarios del entrenador, de un familiar, los medios de comunicación, la afición, etc.). Cuando falta la

---

<sup>27</sup> Marin, Alicia Nicolás. 2009. Autoconfianza y deporte. Revista Digital, Buenos Aires, Argentina. N° 128.

motivación extrínseca, falta un apoyo fundamental para sentirse seguro de sí mismo.

- Ψ Percepción de preparación: Cuando un deportista tiene la percepción de que no está preparado ni técnica, ni física ni mentalmente para una competición, indudablemente se verá afectada su autoconfianza, ya que, sentirá que “no están dadas las condiciones” para desarrollar una buena performance deportiva.
- Ψ Metas irreales o inadecuadas: Si un deportista se ha planteado metas muy altas, casi inalcanzables, perderá toda su confianza al observar que no las ha ido cumpliendo. Experimentará baja autoconfianza porque sentirá que él no está preparado para lograr con éxito los distintos objetivos deportivos que se ha fijado.

### C. Evitar pensamientos negativos

Los pensamientos influyen en nuestras acciones mucho más de lo que a veces suponemos. Baste con que pensemos en una situación que verdaderamente nos irrite, para que nos demos cuenta de cómo vamos enfadándonos. Así pues, lo que un deportista hace con sus pensamientos influirá decisivamente en su comportamiento antes y durante el partido. Tanto los competidores con éxito como los no exitosos están sometidos a pensamientos negativos: lo que distingue al ganador del perdedor es lo que hace con esos pensamientos.

En efecto, un deportista de los que denominamos “de mentalidad ganadora” toma en consideración lo que podría ir mal; por el contrario, el perdedor tiene miedo de prestar atención a esas circunstancias porque los pensamientos le provocan emociones negativas. No hay que dejar que los pensamientos negativos se alimenten de sí mismos, sino hay que usarlos para generar una solución, para desencadenar una acción positiva y correctiva.

### D. Focalización de la atención

Para entender la falta de control de la atención se deben de categorizar factores que, provocarán un deterioro atencional. Los cuales podrían agruparse de la manera siguiente:

- Ψ Rasgos no verbales: conductas inusuales de los contrarios, cambios repentinos en dietas, uniformes, acciones de entrenadores etc. En suma, aspectos que se introducen en el pensamiento del deportista, desplazando su atención de las cuestiones verdaderamente relevantes para su rendimiento.
- Ψ Cambios en las expectativas de resultado: puesto que más lógico es que el jugador haya ido estableciendo unas metas más o menos concretas a medida que se aproxima el partido, la alteración repentina de las mismas producirá distracciones innecesarias y reducciones en la certidumbre sobre su capacidad de alcanzar los objetivos prefijados. Esta incertidumbre dará lugar a la aparición de pensamientos de preocupación y duda, inevitablemente distractores, además de generadores de ansiedad.
- Ψ Distracciones externas: las reacciones del público (gritos, silbidos, abucheos...) y la presión de los medios de comunicación.
- Ψ Factores ambientales ajenos a la tarea: competir con un contrario de gran reputación, jugar con un material o ambiente que no se ajusta completamente a las preferencias del deportista, interrupciones en su descanso previo a la competición o en la fase de calentamiento.

### **2.3. Factores psicosociales implicados en el rendimiento deportivo**

Existen muchos factores psicosociales implicados en el rendimiento deportivo de los jugadores en altas competiciones, algunos de ellos pueden ser: personalidad, temperamento, actitud, motivación y satisfacción, liderazgo, ansiedad o nivel de activación, sentido de pertenencia, estrés, control y regulación de la concentración, autoestima y autoconfianza, interacción y cohesión de grupo, comunicación, agresividad e ira, capacidad de visualización y seguridad/inseguridad. Solo para hacer mención a algunos de ellos, a continuación se presentan los factores psicosociales que a consideración, resultan

los más significativos y más representativos en el rendimiento deportivo de Club Deportivo Universidad de El Salvador.

### **2.3.1 Personalidad y rendimiento deportivo<sup>28</sup>**

El concepto de personalidad es variado, en la actualidad se siguen desarrollando conceptos acerca de este término pero en este caso el concepto de personalidad será: La personalidad es la organización dinámica que tiene el sujeto de sí mismo y que logra a través de su cuerpo a lo largo de los años. Es decir, representa el conjunto de las características biológicas, psicológicas y sociales (individualidad psicosocial) que distinguen a todo individuo y lo diferencia del resto a través de una serie de interacciones dinámicas. Esta individualidad psicosocial se alcanza de un modo gradual a través de un largo proceso de maduración que acompaña el desarrollo representando cierta durabilidad una vez adquirida.

Pero, ¿Cambia la personalidad de una persona cuando participa en el deporte?, de manera general, no se ha demostrado que la participación en el deporte conduzca a cambios en rasgos específicos de la personalidad, pero si, la participación en el deporte tendría influencia favorable en el desarrollo tanto de características positivas (perseverancia, valores, capacidad de aceptar derrotas, etc.) y de características negativas (agresividad, envidia, intolerancia, frustración, etc.). Lo que sí se puede determinar es que se necesitan de ciertas características de personalidad para la práctica de ciertos deportes. Por ejemplo, la perseverancia, en la mayoría de los deportes, es un atributo requerido.

En un equipo de futbol, con veintidós jugadores dentro de la cancha, mas cuatro árbitros, sumándole los dos directores técnicos, el banquillo y la afición; podemos tener una muestra enorme de diferentes personalidades, se podría creer que la personalidad “más fuerte” seria la del técnico, quien dirige al equipo desde afuera, quien realiza los cambios, quien toma riesgos, etc., pero dentro de la cancha se puede tener otro líder, diferente al técnico, con características de personalidad

---

<sup>28</sup> Carrasco Bellido et al. Instituto Nacional de Educación Física. “Psicología del Deporte”. Universidad Politécnica de Madrid, España. Página 13.

diferentes y tomar decisiones que irán hasta en contra de lo que el técnico indique. Es verdad que la personalidad de cada miembro de un equipo de fútbol influirá en el beneficio o no del equipo, y es acá donde entra la participación del psicólogo deportivo para equilibrar a favor del bienestar del equipo en general.

Existen 3 Enfoques diferenciados de la Personalidad:

1. Enfoque del Rasgo: referente a las características intrínsecas del sujeto.
2. Enfoque Situacional: referido a los parámetros externos que inciden en la propia personalidad.
3. Enfoque Interactivo: combina los dos anteriores.

Dentro del deporte abordado en este trabajo, la personalidad que posea el futbolista, sin duda va a determinar la conducta que éste pueda llevar a cabo durante los entrenamientos o los propios partidos. Si el sujeto posee una personalidad fuerte y bien estructurada como consecuencia de la disciplina y el entrenamiento, las conductas que posea en momentos puntuales, de mayor o menor trascendencia, serán cruciales para conseguir el éxito o el fracaso.

### **2.3.2 La agresividad y el rendimiento deportivo<sup>29</sup>**

La agresividad es la conducta que una persona realiza para conseguir un fin. Es una conducta instrumental<sup>30</sup>, se puede poseer de forma natural o se puede adquirir, no existe una asociación directa con la violencia, sino que se refiere a la capacidad de tomar la iniciativa, las riendas del juego en un momento de presión, de gran responsabilidad.

Dentro de una práctica deportiva, la agresividad se permite dentro de ciertos límites. La agresividad en el deporte está representada como una de las pocas actividades humanas en las que la pulsión agresiva puede ser liberada

---

<sup>29</sup> Carrasco Bellido et al. Instituto Nacional de Educación Física. “Psicología del Deporte”. Universidad Politécnica de Madrid, España. Página 19.

<sup>30</sup> Def. “Estudia como detectamos los efectos que tienen nuestras conductas y como estos efectos o consecuencias influyen a su vez en nuestro comportamiento. Nuestra conducta es el instrumento que nos permite modificar el entorno, bien sea un entorno físico o social”.

completamente y puede manifestarse de forma no reprimida. Según Cagigal, el deporte es la gran ocasión de elaborar la agresividad de forma positiva. Pero la agresividad se puede activar de acuerdo a los siguientes factores:

- Ψ Espectadores y agresión.
- Ψ Razonamiento del juego y agresión.
- Ψ Rendimiento deportivo y agresión.

En este último punto, los autores afirman que la agresión no mejora el rendimiento deportivo, solamente desvía su atención hacia cuestiones que no tienen que ver con la ejecución dentro de la cancha. El énfasis excesivo en la victoria puede ser causa de muchas frustraciones. No hay nada de malo en intentar ganar siempre, pero no se debe hacer énfasis en la victoria solamente, se le debe de enseñar a los deportistas destrezas para controlar sus emociones y sus reacciones a la frustración.

### **2.3.3 Motivación y rendimiento deportivo<sup>31</sup>.**

La motivación es el mecanismo interno y externo que dirige la conducta de las personas, es una fuerza interna que provoca actuar, que mueve a la persona y los mantiene en acción. Es considerado como un estado de atención y activación para ejercer una tarea.

En el ámbito de la actividad física y el deporte, la motivación es el producto de un conjunto de variables sociales, ambientales e individuales que determinan la elección de una actividad física o deportiva, la intensidad en la práctica de esa actividad, la persistencia en la tarea y el rendimiento. Todas esas variables tienen influencia en la persistencia, la intensidad y frecuencia de la conducta deportiva.

En lo deportivo podemos encontrar factores que influyen en el estado motivado, estos son:

---

<sup>31</sup> Carrasco Bellido et al. Instituto Nacional de Educación Física. “Psicología del Deporte”. Universidad Politécnica de Madrid, España. Página 24.

1. Los deportistas: en ellos se pueden encontrar muchas diferencias en cuanto a su desarrollo motor, el grado de madurez, la experiencia que tienen, etc. No todos tienen la misma necesidad de conseguir éxito, un deportista inseguro y con experiencias de fracaso, estará menos motivado que uno favorecido por el éxito.

2. Personalidad del entrenador: la atmosfera que cree, el respeto, dialogo, compenetración, empatía, expectativas que manifieste sobre sus deportistas, etc., pueden ser determinantes en los niveles del rendimiento deportivo.

3. Entrenamiento: la complejidad, variedad, tipo de entrenamiento, grado de incertidumbre, novedad, riesgos, etc., hay que combinarlos de forma atractivas para que sea motivantes para sus jugadores.

4. Materiales de entrenamiento: si existe variedad de materiales, la experiencia será más motivadora.

Para potenciar la conducta motivadora se puede intervenir de dos formas: a) seleccionando la conductas a reforzar, entendiendo que no se puede premiar a alguien siempre que realice algo bien, sino que escoger las conductas más importantes como, recompensa de aproximación al éxito, recompensa de la ejecución (no solo del resultado), recompensa del esfuerzo y recompensa de habilidades sociales y emocionales; b) estrategias de motivación, esto para aumentar la motivación intrínseca, se pueden dar premios relacionados con la ejecución, es decir, recompensas que puedan ser continuas o discontinuas y se logran a través de proporcionar experiencias satisfactorias, usar elogios verbales y no verbales, variar los contenidos y las secuencias de ejercicios (evitando la monotonía), implicar a los participantes en la toma de decisiones, establecer metas de ejecución realista e información clara y abundando de los resultados obtenidos.

Esfuerzos de una persona para dominar una tarea, sobresalir, rendir más que los demás, enorgullecerse de sus cualidades, etc., es una orientación hacia el esfuerzo por tener éxito en una tarea determinada, la persistencia a pesar de los fracasos y sensación de orgullo por las ejecuciones realizadas, es la característica



que permite sobresalir a los deportistas, por lo que los entrenadores tienen interés en ella, se considera un factor de la personalidad, y es conocida como competitividad.

Es de vital importancia conocer los motivos que inducen al sujeto a practicar, en este caso, fútbol, para así orientar el trabajo hacia el camino escogido de antemano por el deportista. Elaborando situaciones que propicien las necesidades a las que se ven sometidos los participantes, para asemejar la situación lo máximo posible a la realidad, y de esta forma conseguir que el nivel de motivación del sujeto por la práctica del fútbol, ascienda a valores máximos.

### **2.3.4 Ansiedad y rendimiento deportivo<sup>32</sup>**

Cualquier persona relacionada con la competición deportiva conoce la importancia que la activación y la ansiedad tienen en la ejecución. Tanto los entrenadores como los deportistas atribuyen frecuentemente el éxito o el fracaso en una competición a la intensidad de la activación general del deportista. Una elevada activación puede suponer una ventaja en el contexto deportivo pero a veces esto puede ser contraproducente.

La activación es una activación fisiológica y psicológica del organismo. Se refiere, comúnmente a un constructo hipotético que refleja el aumento o disminución de la excitabilidad, reactividad o tendencia a responder del sistema nervioso.

Una de sus dificultades, es el problema de su medida, ya que no se conoce una medida adecuada sobre cuando el nivel de activación es adecuado o no en el rendimiento de un deportista. El proceso competitivo es una situación potencialmente amenazante que a la mayoría de las personas implicadas les genera emociones de ansiedad debido a las características siguientes:

Ψ Es un hecho irreplicable, irreparable y efímero.

---

<sup>32</sup> Carrasco Bellido et al. Instituto Nacional de Educación Física. “Psicología del Deporte”. Universidad Politécnica de Madrid, España. Página 33.

- Ψ Es un hecho que no depende solo del deportista, ya que hay múltiples factores que influyen en el resultado (el estado emocional, las condiciones ambientales, el estado físico, los árbitros, los rivales, etc.)
- Ψ Al deportista se le exige que sea el mejor. No solo que haga lo mejor, sino que lo haga mejor que el resto.
- Ψ La amenaza hasta cierto punto fundamentado, del daño físico o de las lesiones.
- Ψ En las competiciones, lo que interesa son los resultados. Lo que la afición quiere es un buen rendimiento del deportista o del equipo. Su actuación está siendo evaluada por el público, la prensa, el cuerpo técnico, todo esto puede influir en la ansiedad de los deportistas y en su autoestima.

Las características del deportista ansioso, pueden dividirse en tres ámbitos:

1. Ámbito fisiológico: aumento de la tensión muscular, malestar estomacal, ritmo cardíaco acelerado, aumento del ritmo respiratorio, sudoración, aumento de adrenalina, temblores, sequedad bucal; y como consecuencia de ello se disminuye la eficiencia energética, aumento de cansancio y adelanto del estado de fatiga.

2. Ámbito emocional: fácil pérdida de confianza, sobreactividad, preocupación, sentimiento de confusión, tensión, inseguridad, sensibilidad, sentimientos de incapacidad, frustración, sobrevaloración del éxito, depresión y sentimientos de culpabilidad; y como consecuencia de ello se genera desequilibrio poco controlable y vulnerabilidad.

3. Ámbito cognitivo: distorsión visual, estrategia rígida (estereotipada y predecible), disminución de la capacidad de toma de decisiones, disminución de la concentración, aumento de pensamientos negativos, precipitación, olvido de indicaciones y mala coordinación; y como consecuencia de ello se obtiene una disminución en la eficiencia del juego, falta de atención y consecución de errores.

### **2.3.5 Estructura, dinámica del grupo y rendimiento deportivo<sup>33</sup>**

Los grupos son un conjunto de personas que se ponen en contacto para lograr un objetivo en común, intentando satisfacer las necesidades de cada uno (motivaciones), formando un sistema con una serie de normas en las que cada miembro tiene su función (organización), poseyendo una percepción personal y del resto para actuar de un modo unitario (percepciones). Provocando que aquello que afecte a uno lo hará posiblemente al resto de personas que forman ese grupo (interdependencia). No se debe de olvidar la parte más esencial del grupo, y es la interacción, el grupo posee un sistema abierto de interacción donde las acciones determinan la estructura y la identidad de todo el sistema.

En el deporte, el entrenador tiene que hacer comprensible a los deportistas la estructura, papeles y funcionamiento del grupo, para que entre ellos acepten y asuman un compromiso y conciencia. La dinámica del grupo es el conjunto fluido y cambiante de las interacciones y relaciones interpersonales entre los miembros del grupo y entre este y la realidad social exterior.

Algunos de los problemas funcionales del grupo deportivo son:

- A. La adaptación del grupo a su ambiente, para permitir su desarrollo y crear especializaciones en su interior para garantizar la existencia.
- B. La integración, los deportistas y dirigentes deben buscar los mismos objetivos.
- C. La conservación del modelo latente, existencia de mantenimiento de la propia identidad y de una imagen pública bien caracterizada.
- D. El cumplimiento del objetivo o los objetivos del grupo.

### **2.3.6 Interacción, cohesión y rendimiento deportivo<sup>34</sup>**

---

<sup>33</sup> Carrasco Bellido et al. Instituto Nacional de Educación Física. “Psicología del Deporte”. Universidad Politécnica de Madrid, España. Página 40.

<sup>34</sup> Carrasco Bellido et al. Instituto Nacional de Educación Física. “Psicología del Deporte”. Universidad Politécnica de Madrid, España. Página 45.

La interacción es el número de relaciones que se establecen dentro del grupo por parte de sus miembros. Las interacciones y el resto de los aspectos del desarrollo se ven afectados por el entorno en el que se encuentre el grupo, uno es el entorno físico, que es donde se encuentra el grupo y se desarrollan sus relaciones; y el entorno personal, que son las características individuales del grupo y de sus miembros.

La cohesión es la tendencia del grupo a no separarse y permanecer unido para conseguir sus metas y objetivos. Los deportes de equipo necesitan de una gran cohesión para tener un correcto rendimiento. Si el rendimiento es bueno al principio habrá una buena cohesión al final de temporada y en competición. Cuando hay un mayor grupo, hay mayor conformidad a las decisiones del colectivo, cuando hay rotaciones en el grupo existe una mayor estabilidad que le permite adaptarse y permanecer más tiempo juntos y logras más éxitos. En cuanto al objetivo del grupo, cuanta más participación en el grupo, habrá mayor cohesión, y en cuanto a la adhesión al ejercicio físico, una mayor cohesión provoca un hábito de práctica y retrasa el abandono de la actividad.

Para el desarrollo de una buena cohesión de grupo, el elemento base es la comunicación y básico para la creación del equipo. Esta comunicación debe ser clara y efectiva tanto por parte del entrenador con los deportistas como entre ellos mismos para provocar un ambiente favorable para la práctica.

### **2.3.7 Liderazgo y rendimiento deportivo<sup>35</sup>**

El liderazgo es un proceso conductual de influencia sobre las actividades de un grupo organizado hacia unas metas específicas, con el fin de la obtención de las mismas. Pero, ¿Cómo desarrollar el liderazgo dentro del equipo?, el liderazgo dentro de un equipo se puede desarrollar de diferentes formas, las cuales son:

- Ψ Identificar los líderes en potencia y ofrecer oportunidades de liderazgo dentro del equipo.

---

<sup>35</sup> Carrasco Bellido et al. Instituto Nacional de Educación Física. “Psicología del Deporte”. Universidad Politécnica de Madrid, España. Página 48.

- Ψ Utilizar a los líderes, tanto como líderes, como en calidad de preparadores, coordinadores, ayudantes del entrenador, etc.
- Ψ Tratar a todos los atletas y líderes como sujetos individuales.
- Ψ Mantener una comunicación abierta y directa con todos los componentes del equipo, más que utilizar al líder como mediador entre el entrenador y los otros jugadores.

Todo esto beneficiaría de manera óptima el rendimiento deportivo dentro de la cancha, cuando el entrenador no está cerca, entonces el líder o los líderes pueden tomar las decisiones que crean más adecuadas para lograr siempre un mismo objetivo en cada juego o competición.

### **2.3.8 La comunicación y el rendimiento deportivo<sup>36</sup>**

El proceso de comunicación pone en contacto a la personalidad con su ambiente social, la comunicación es un proceso de doble vía, las señales enviadas pueden utilizar distintos canales, verbales o no verbales. Los momentos de actuación de la comunicación que se presentan en el deporte son los siguientes:

- Ψ El entrenamiento: en el proceso de entrenamiento, se ejerce constantemente la comunicación con el objetivo de dirigirlo. Es el entrenador quien tiene la responsabilidad de establecer la comunicación entre él y sus jugadores, y favorecer la comunicación que establecen estos últimos entre sí. Los aspectos relacionados con el esfuerzo y el castigo, son elementos importantes en mano del entrenador.
- Ψ La competencia: la comunicación en la competencia esta, en parte, determinada por las reglas del deporte. Se produce constantemente durante el duelo deportivo, mediante acciones motrices de engaños. Acciones ejecutadas así, como el manejo de la agresividad, también se produce de forma reglamentada entre deportistas, árbitros o jueces. Entre

---

<sup>36</sup> Carrasco Bellido et al. Instituto Nacional de Educación Física. “Psicología del Deporte”. Universidad Politécnica de Madrid, España. Página 52.

los periodos de descanso entre eventos, no obstante lo fundamental ha sido establecido durante el entrenamiento.

### **2.3.9 El sentido de pertenencia y el rendimiento deportivo<sup>37</sup>**

La elección de un equipo de futbol marca una identificación con un grupo determinado, lo que a su vez es uno de los elementos intervinientes en la construcción de la propia identidad.

El concepto de identidad de lugar trata de poner en relación los aspectos socios físicos del entorno y los procesos de teorías acerca de la identidad. La idea básica para encuadrar la perspectiva de Proshansky es que lo que hemos sido y lo que somos incluye también los lugares en los que hemos sido y somos. En definitiva, y hablando en términos psicosociales, Proshansky entiende el concepto de identidad de lugar como una subestructura de la estructura general del self de una persona, formando parte ineludible de su identidad.

Esta pertenencia a un equipo en particular se debe a que hay para ellos una identificación con los ideales de ese equipo, y su búsqueda de esta pertenencia también marca una diferencia hacia los valores depositados en el equipo contrario, es decir, el anti-yo o lo que no quieren ser.

Es a través del futbol, vivido con pasión, en donde se ven reflejados fuertes sentidos de pertenencia en los que se expresan identidades, no sólo de los jugadores o de los dueños, sino principalmente, de la gente que los apoya llamados hinchas.

Los deportistas que desarrollan el sentido de pertenencia en mayor escala son capaces de estar más motivados dentro de las competencias, ya que “defienden” su identidad con el equipo frente a sus rivales, o tratan de demostrar que pueden ser mejores que ellos. El sentido de pertenencia va más allá que estar a favor o trabajar por el equipo, implica conocerlo, saber su historia y ser leales a los colores que representan. Entre menos sentido de pertenencia o identificación

---

<sup>37</sup> Dosal Ulloa, Rodrigo. 2006. El futbol: un juego de identidad. Revista Digital. Buenos Aires, Argentina. N° 92.

sienta un jugador, menos probabilidades de defender o de ser leal al equipo existirán.

### **2.3.10 Autoconfianza y rendimiento deportivo.**

La Autoconfianza se define como: "creencia de que se pueda realizar satisfactoriamente una conducta deseada" (Morilla, M. 1994)<sup>38</sup>. Esta definición equivale al grado de certeza o seguridad que tiene el sujeto en realizar una determinada acción o habilidad motriz.

Las ventajas que proporciona la autoconfianza al futbolista son numerosas y en momentos claves o puntuales hacen que el deportista actúe de forma positiva. Dichas ventajas son las siguientes:

- Ψ La confianza produce en el sujeto emociones positivas.
- Ψ La confianza facilita la concentración del sujeto en la tarea realizada.
- Ψ La confianza influye en el grado de consecución de objetivos por parte del sujeto.
- Ψ La confianza hace que aumente tanto la intensidad como la duración del esfuerzo.
- Ψ La confianza interfiere en las estrategias del juego.
- Ψ La confianza afecta a las demás variables psicológicas

Las ventajas que proporciona la confianza son numerosísimas, a pesar de esto, surge un concepto importante como es el de confianza óptima. Una escasez de confianza puede alterar el rendimiento del sujeto (disminuyendo), mientras que un exceso de confianza puede provocar a su vez una disminución del rendimiento debido a que el sujeto se crea falsas expectativas sobre sí mismo y sobre su nivel óptimo de rendimiento.

---

<sup>38</sup> Morilla, M. (1994) El papel del entrenador en la motivación deportiva. El entrenador español de fútbol, N° 60, 26-31.

Existen diferentes tipos de expectativas que se pueden conformar respecto al futbolista en concreto, estas son las siguientes:

1. Autoexpectativas: Son las que se realiza el sujeto sobre sí mismo, hacen referencia normalmente a deseos. El principal problema que pueden generar las autoexpectativas es que en multitud de ocasiones el futbolista, puede pedir más de lo que realmente puede otorgar, por lo que estas autoexpectativas se convertirían en frustraciones que implicarían al resto de variables psicológicas (ansiedad, estrés...).
2. Expectativas del entrenador: Las expectativas que el entrenador vierte sobre sus deportistas pueden corresponder al nivel del mismo, o en ocasiones generan falsas expectativas.
3. Expectativas del Entorno Familiar: Idéntico al apartado anterior pero en relación con aspectos familiares.

### **2.3.11 Concentración y rendimiento deportivo.**

La concentración es un factor comportamental importante a considerar en el transcurso de un partido de fútbol, sobre todo en lo que respecta al parámetro temporal, ya que como hemos observado en muchas competiciones de fútbol, los jugadores están sometidos a un gran esfuerzo físico, y lo que es más importante, extendido en el tiempo. Por eso, puede considerarse a la concentración como un aspecto psicológico a tener en cuenta de forma detallada y pormenorizada.

Weinberg y Gould (1996)<sup>39</sup>, en su libro: fundamentos de psicología del deporte y el ejercicio físico definen el término concentración como: "*atención en las señales pertinentes del entorno y mantenimiento de ese foco de atención*". Por lo tanto, la concentración consistiría en focalizar la atención sobre los aspectos más determinantes de la ejecución que estemos realizando, y a su vez, mantener este

---

<sup>39</sup> Weinberg, R.S. & Gould, D. (1996). Fundamentos de psicología del deporte y el ejercicio físico. Barcelona: Ariel Psicología.



foco atencional durante el tiempo que perdure la tarea, aunque es evidente que este foco atencional puede fluctuar en momentos puntuales.

En lo que respecta a las señales pertinentes del entorno, dentro de un deporte como es el fútbol no cuesta trabajo saber cuáles son las consideraciones a tener en cuenta: fijarse en la ubicación de la pelota, atender a los desplazamientos del oponente, de los compañeros, condiciones atmosféricas, etc.

Existen dos dimensiones que caracterizan las demandas atencionales, la primera hace referencia a la amplitud: permite analizar si la atención está amplia o estrechamente focalizada, es decir, si el futbolista está atento a todo el terreno de juego (amplio), o bien si sólo se fija en la situación de la pelota (estrecho). Por otro lado, la dirección del foco atencional permite averiguar si el futbolista dirige su atención a elementos externos o bien, hacia el interior del sujeto. Para optimizar el rendimiento del futbolista debe de desarrollar las dos dimensiones antes mencionadas, pero como se sabe el foco atencional del futbolista a lo largo de un partido cambia constantemente.

### **2.3.12 Estrés y rendimiento deportivo**

El estrés se define como un "*desequilibrio sustancial entre la capacidad de demanda (física y/o psicológica) y la capacidad de repuesta, en condiciones en las que el fracaso en la satisfacción de dicha demanda tiene consecuencias importantes*" (González, L.G. 2001)<sup>40</sup>.

Existen diferentes fuentes que son buenos indicadores del estrés dentro del ámbito que rodea al futbolista, las más importantes son:

1. Importancia de Evento, por norma general, cuanto más importante es un partido de fútbol, más estrés produce en el deportista.

---

<sup>40</sup> González, L.G. (2001). Importancia del stress como objeto de estudio en psicología del deporte. Revista Digital Efdeportes.com, año 7, N° 36.

2. Nivel de incertidumbre, cuando el futbolista se enfrenta a otro sujeto de condiciones parecidas, la incertidumbre provocada por la misma situación puede ser una fuente de estrés importante.
3. Nivel de Ansiedad Rasgo que posea el futbolista.
4. Autoestima, el grado de autoestima del futbolista produce que el estrés sea más o menos relevante.

Existen muchos otros factores psicosociales que pueden influir en el rendimiento deportivo de los futbolistas, pero por el momento los estudios más significativos se han centrado en los ya mencionados, cabe destacar que los deportistas de alto rendimiento también deben de satisfacer otras necesidades para rendir adecuadamente, como lo son el aspecto médico, el aspecto de la nutrición, de la capacidad motriz, de la recuperación en lesiones, aspectos fisiológicos, etc., todas ellas están relacionadas al mismo tiempo con los aspectos psicológicos. Estos aspectos son interdependientes unos del otro.

### **2.3.13 Actitud y rendimiento deportivo.**

La actitud de los deportistas en algunas ocasiones puede determinar el buen o deficiente desempeño o rendimiento en los entrenamientos o en juegos oficiales. Pero la actitud esta interrelacionada con muchos otros aspectos como<sup>41</sup>:

**Autoestima:** El deportista debe tener consolidada una buena autoestima, sino cada derrota será vivida y sentida como algo muy doloroso que atenta contra su ego (yo), lo que podrá generar mucha rabia, enojo, frustración e incluso burnout (fenómeno de saturación por el cual los deportistas pierden la diversión en la práctica deportiva que puede ocasionar el abandono de la misma). Una persona con una adecuada autoestima reconoce su valía pero, también, sus defectos, se quiere tal y como es, aceptando sus virtudes y defectos, sin que esto signifique que no trate de superarlos. Por esto, el deportista debe tener la capacidad de separar su vida personal, llámese amical, familiar, de pareja, etc., de la deportiva.

---

<sup>41</sup> Romero, Dante Nieri. 2005. La importancia de la fortaleza mental en los deportes. Revista Digital. Buenos Aires, Argentina. N°90.

Muchos deportistas ante una derrota sienten que no valen nada en ningún aspecto de su vida y esto no tiene asidero en la realidad. Sienten mucha presión por los amigos, familiares, etc., sienten que los han decepcionado y a sí mismos. Un deportista con una adecuada autoestima sabrá equilibrar las cosas y verlas desde su justa medida, sin engrandecer las victorias y derrotas. Poniendo las cosas en el lugar adecuado, esto significa que su valía como persona no se ve afectada por resultados deportivos, estos se pueden dar o no dar, pero si se hizo lo que se tiene que hacer y se dio el máximo esfuerzo, no hay nada que tenga que reprocharse, se debe seguir por ese camino, hasta que el fruto madure y caiga.

**Tolerancia a la frustración:** En este punto tiene un valor muy importante la educación que se le ha dado de chico al deportista, mientras más acostumbrado haya estado a que le satisfagan sus caprichos y no se le haya fomentado la autonomía en sus acciones, tendrá menos tolerancia a la frustración y eso se verá, definitivamente, reflejado en su deporte. Esto sólo se podrá cambiar con un buen entrenador, que sea consciente de esto con el apoyo y asesoramiento de un psicólogo deportivo que lo ayude a trabajar el tema con los padres.

**Perseverancia:** Se debe tener una gran capacidad de perseverancia en el deporte competitivo para soportar largas, duras e intensas sesiones de entrenamiento, privaciones (alimentación, diversión, fiestas, trasnochadas, etc.) y los sinsabores de la vida competitiva en el deporte, derrotas con las que tiene que lidiar para llegar a la cima, la incertidumbre de si podrá lograr sus objetivos, etc. Una alta capacidad de perseverancia es fundamental para los atletas que desean llegar a lo más alto, los atletas que tienen esta capacidad intrínsecamente o trabajada adecuadamente con un psicólogo deportivo, pueden perseverar en la lucha por la victoria hasta el último momento, nunca dan nada por perdido, nada está dicho hasta que acaba el partido, la contienda o el evento deportivo, perseveran en la lucha, hasta el final, a pesar del cansancio, fatiga, dolor o cualquier circunstancia que esté en contra de ellos (árbitros, clima, barra, fatiga, etc.)

**Diversión:** La práctica deportiva tiene su origen en la diversión, por eso un pequeño comienza a practicar deporte, porque lo disfruta y eso hace que siga perseverando en el mismo. Esto, muchas veces, comienza a desaparecer en las competencias. Es de recalcar como muchos deportistas cuando se les pregunta: ¿por qué practican su deporte?, se olvidan completamente de lo más importante, que debe ser: "PORQUE ME GUSTA Y LO DISFRUTO", muchas veces olvidan algo tan básico como esto, porque han caído en un ritmo tan fuerte de competencia y una competitividad tan alta, que ya ni saben por qué lo hacen, sino simplemente lo hacen. Los deportistas exitosos no olvidan esto y es más, disfrutan más que nada, las situaciones mayormente difíciles y complicadas, lo que más gozan son las situaciones extremas, saben y sienten que estas hacen brotar lo mejor de sí, o competir contra los mejores, eso los hace ser mejores. Un atleta que no se divierta en su deporte no durará mucho en el circuito competitivo.

**Manejo de los pensamientos:** La mente nos habla constantemente, es por eso, que un deportista debe educar su mente para que lo alimente de los pensamientos adecuados. El atleta necesita pensamientos positivos y no negativos. El cuerpo hace lo que le mente dice, si la mente dice "no puedes hacerlo", el deportista no lo va a hacer, porque su mente le dice a su cuerpo que no es posible lograrlo, pero si la mente dice: "tú puedes hacerlo", se incrementará el rendimiento, alcanzando muchas veces mayor importancia y relevancia que el aspecto técnico. El deportista juega como piensa, eso es lo que permitirá rendimientos picos. El atleta que piense mal definitivamente no obtendrá los resultados deseados, en cambio al pensar bien podrá rendir de una manera mucho mejor. Hay que hacer la salvedad de que esto, es un aspecto más que hace la diferencia, pero de ninguna manera debe o puede reemplazar el trabajo técnico, físico o nutricional.

A continuación, se presenta un ejemplo de un deportista que manifestaba una actitud no adecuada y no tuvo entrenamiento psicológico antes de un encuentro importante

**Ronaldo (Fútbol)**<sup>42</sup>: En el mundial de fútbol de Francia 1998 ocurrió un hecho lamentable para el fútbol, Ronaldo aparentemente convulsionó, hasta el día de hoy no ha sido esclarecido exactamente qué sucedió la noche antes del partido, pero se sabe que los exámenes no dieron ningún problema físico. Lo que sucedió fue puramente psicológico, fue demasiada presión para el momento que atravesaba, no estaba preparado para llevar sobre sus hombros la presión de liderar al equipo brasileño al título y ese día fue un fantasma dentro de la cancha. Cuatro años después se dio la misma situación, Brasil una vez más a la final con él a la cabeza, la diferencia ahora era que había trabajado ampliamente la fortaleza mental y Brasil viajaba con cinco psicólogos deportivos. Sin embargo, los "fantasmas" del mundial anterior lo perseguían, por lo que le pidió a su compañero Dida (arquero) que lo acompañara. Esa noche no durmió por miedo a que le fuera a suceder lo que pasó cuatro años antes ante la misma situación y jugó excelentemente. Convirtió dos goles en la final (ante el mejor arquero del torneo, el alemán Oliver Kahn, luego declarado mejor jugador del torneo), fue el goleador del campeonato (8 goles) y llevó a Brasil al penta campeonato. En 1998 carecía de fortaleza mental pero tras un trabajo adecuado, cuatro años después, estaba listo para superar lo que no pudo cuatro años antes

---

<sup>42</sup> Romero, Dante Nieri. 2005. La importancia de la fortaleza mental en los deportes. Revista Digital. Buenos Aires, Argentina. N°90.

## **Capítulo III: Diseño de la investigación**

### **3.1 Tipo de investigación**

La investigación que se llevara a cabo es un estudio de tipo cuantitativa con modalidad explicativa, esto se consideró pertinente por la necesidad de no solo conocer los factores psicosociales que influyen en el rendimiento deportivo si no también, dar a conocer como estos se ven afectados.

### **3.2 Población.**

La población fue la plantilla de primera división del Club Deportivo Universidad de El Salvador, con una cantidad de veintiocho jugadores, en el torneo clausura 2016 de la liga mayor de futbol de El Salvador entre las edades de 19 años a 35 años, del género masculino que se encuentran casados acompañados o solteros, algunos padres de familia, con estudios de educación media y superior. Que su residencia se encuentra en el departamento de san salvador zonas de alrededor y otros departamentos.

### **3.3 Muestra**

Se trabajó con el 100% de los jugadores, 28 jugadores plantilla de primera división del Club Deportivo Universidad de El Salvador.

### **3.4 Tipo de muestreo.**

Para la realización de la investigación se utilizó un muestreo no probabilístico. Seleccionando exclusivamente la plantilla de primera división del Club Deportivo Universidad de El Salvador, con una cantidad de veintiocho jugadores, en el torneo clausura 2016 de la liga mayor de futbol de El Salvador

### **3.5 Técnicas de recolección de datos**

Entre las técnicas de recolección de datos utilizadas se encuentra:

- Guías de observación

- Pruebas estandarizadas test ( perfil e inventario de personalidad PPG - IPG)
- Guía de entrevista.

### **3.6 Instrumentos**

Las guías de observación, las cuales fueron diseñadas para obtener información en diferentes escenarios, son tres guías de observación las cuales se clasifican:

- Guía de observación a cuerpo técnico en el entrenamiento. (Ver anexo 1)
- Guía de observación a jugadores en el entrenamiento. (ver anexo 2)
- Guía de observación a jugadores antes, durante y después del partido. (ver anexo3)

#### **Estructura**

Guía de observación a cuerpo técnico en el entrenamiento esta está conformada por 16 indicadores los cuales pueden estar presentes o ausentes, además consta de un área de observaciones extras.

Guía de observación a jugadores en el entrenamiento está conformada por 16 indicadores los cuales se pueden encontrar presentes o ausentes, además consta de un área de observaciones extras.

Guía de observación a jugadores antes durante y después del partido está conformado por 18 indicadores que pueden estar presentes o ausentes además consta de una área de observaciones extras.

#### **El test utilizado perfil e inventario de personalidad PPG - IPG**

A continuación se muestra la ficha técnica del test utilizado, títulos originales: “Gordon Personal Profile (PPG)” y “Gordon Personal Inventory (IPG)” Título de adaptación: “PPG-IPG”, Perfil e Inventario de Personalidad de Gordon, Autor: Leonard V. Gordon, Adaptación de la prueba: Equipo ICCE (Instituto de Calansaz de Ciencias de la Educación) y TEA Ediciones, S.A. Administración: individual y colectiva, Duración: variables entre 20 a 25 minutos, Aplicación: adolescentes y

adultos, Significación: evaluación de ocho rasgos básicos de la personalidad: ascendencia, responsabilidad, estabilidad emocional y sociabilidad en el PPG; cautela, originalidad, comprensión y vitalidad en el IPG. La suma de los resultados en las cuatro escalas PPG permite una medida de autoestima, Tipificación: baremos en centiles y puntuaciones típicas para cada sexo en adolescentes y estadísticos básicos en adultos. (Ver anexo 4).

### **Cuestionario utilizado.**

El cuestionario utilizado fue elaborado por las estudiantes y validado por profesionales de la psicología. El cuestionario consta de una área de recolección de datos generales así mismo consta de 47 ítems relacionados a diferentes categorías que se querían investigar consta de 8 categorías, la respuestas son de opción múltiple (ver anexo 5)

### **Estructura de la prueba**

1. Categoría de sentido de pertenencia  
Consta de las preguntas 1 hasta la número 4
2. Categoría de preparación mental del juego  
Consta de la pregunta número 5 hasta la número 6
3. Categoría de auto cuidado  
Consta de la pregunta 7 hasta la número 9
4. Categoría de alimentación  
Consta de las preguntas de la número 10 hasta la número 16
5. Categoría de estado físico y mental.  
Consta de las preguntas de la número 17 hasta la número 25.
6. Categoría factores de preparación académica y profesionales  
Consta de la pregunta número 26 hasta la número 30
7. Categoría relaciones interpersonales  
Consta de la pregunta número 31 hasta la número 39
8. Categoría factores económicos  
Consta de la pregunta número 40 hasta la número 47.



### **3.7 Validez y confiabilidad de la prueba**

Con relación al proceso de confiabilidad, de las pruebas de guías de observación y cuestionario, fueron sometidas al proceso de basadas en la fórmula de Lawshe, donde se sometió a ser evaluada por 6 profesionales de la psicología, (ver anexo 6)

### **3.8 Procedimiento de recolección de datos**

- Formación del equipo de investigación
- Discusión y análisis de ideas de investigación
- Asignación de docente asesor para la investigación
- Selección de idea y delimitación de tema de investigación
- Revisión de literatura pertinente para la temática de investigación
- Elaboración de proyecto de investigación
- Elaboración objetivos, justificación, delimitación alcances y limitaciones de la investigación.
- Desarrollo del marco teórico de la investigación
- Selección de la muestra
- Diseño y elaboración de instrumentos guías de observación y cuestionario
- Proceso de validación y revisión de instrumentos
- Recolección de datos a través de la aplicación de guías de observación, cuestionario y test.

Las integrantes del equipo variaron en los días de aplicación para tener más información, cada integrante aplicó 4 veces cada guía de observación. Haciendo un total de 12 aplicaciones por cada guía

Las guías de observación a jugadores antes durante y después del partido fueron aplicadas las fechas siguientes:

1. Viernes 18 de marzo del 2016 (juego de club UES vs Pasquina) se jugó de local (gano UES)

2. Miércoles 23 de marzo del 2016 (juego de UES vs Águila) se jugó de local (perdió UES)
3. Sábado 2 de abril del 2016 (juego de UES vs Santa Tecla) se jugó de visita (perdió UES)
4. Viernes 8 de abril del 2016 (juego de UES vs FAS) se jugó de local (empate)
5. Miércoles 13 de abril del 2016 (juego de UES vs Atlético Marte) se jugó de visita (perdió UES)
6. Lunes 18 de abril del 2016 (juego de UES vs Juventud Independiente) se jugó de local (gano UES)
7. Sábado 23 de abril del 2016 (juego de UES vs Dragón) se jugó de visita (perdió UES)
8. Miércoles 27 de abril del 2016 (juego de UES vs Sonsonate) se jugó de local (gano UES)
9. Domingo 1 de mayo de 2016 (juego de UES vs Chalatenango) se jugó de local (gano UES)
10. Domingo 8 de mayo de 2016 (juego de UES vs Isidro Metapan) se jugó de visita (perdió UES).

La aplicación del test se llevó a cabo el día miércoles 6 de abril

La aplicación del cuestionario se llevó a cabo el día jueves 5 de mayo

- Análisis estadístico de los datos obtenidos
- Interpretación de resultados y confrontación con la teoría
- Definición de conclusiones y recomendaciones de la investigación.

## Cronograma

Fase	Paso	Descripción Actividad/ fase	Meses y Semanas 2016																											
			Enero		Febrero				Marzo				Abril				Mayo				Junio				Julio				Agosto	
			4	5	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2
Preoperatoria	1	Formación del grupo/ discusión de ideas de investigación	■	■	■	■																								
	2	Reunion informativa				■																								
Inicio	3	Orientacion/ asignacion de docente asesor					■																							
	4	Definición del tema						■																						
	5	Revisión bibliográfica							■																					
Desarrollo	6	Diseño de proyecto de investigación							■																					
	7	Diseño y elaboración de objetivos								■																				
	8	Diseño y elaboración de justificación									■																			
	9	Diseño metodológico										■	■																	
	10	Elaboración de marco teórico												■	■															
	11	Presentación de avances													■															
	14	Recolección de datos														■	■													
Análisis	15	Procesamiento de los datos														■	■	■												
	16	Análisis de los datos															■	■	■											
	17	Redacción del informe final																	■	■										
Cierre	18	Revisión y corrección del informe final																			■	■								
	19	Entrega de informe final																								■	■			
	20	Defensa y exposición oral																								■	■			

## Presupuesto

Descripción	Cantidad	Costo unitario	Costo total
<b>Diseño de proyecto de investigación</b>			
Impresiones de avances proyecto de investigación	100	\$0.05	\$5.00
Impresión proyecto de investigación	150	\$0.05	\$7.50
Folder y fastener	3	\$0.30	\$0.90
<b>Viáticos</b>			
Transporte para asesorías	100	\$2.50	\$250
<b>Desarrollo de la investigación</b>			
<b>Recursos materiales</b>			
Borradores	25	\$0.15	\$3.75
Lápices	25	\$0.15	\$3.75
Fólderres	25	\$0.15	\$3.75
Bolígrafos	25	\$0.15	\$3.75
Tabla de anotación	3	\$1.50	\$4.50
Engrapadora	1	\$3.00	\$3.00
Caja de grapas	1	\$1.00	\$1.00
Test de personalidad ppg-ipg	1	\$8.00	\$8.00
Fotocopias de pruebas psicológicas, guías de observación y cuestionario diseñado por el grupo.	25 juegos	\$1.00	\$25.00
<b>Viáticos</b>			
Transporte para aplicación de pruebas	50	\$2.50	\$125.00
Alimentación para todas las jornadas de aplicación de pruebas	50	\$2.50	\$125.00
<b>Elaboración de informe final y exposición oral</b>			
Decoración para exposición final	1	\$50.00	\$50.00
Impresión de informe final	400	\$0.05	\$20.00
Empastados	4	\$10.00	\$40.00
Gastos varios	3	\$100.00	\$300
<b>Equipos</b>			
Computadora	1	\$0.00 (Recurso personal)	\$0.00

Alquiler de proyector para exposición final	1	\$10.00	\$10.00
<b>Recursos humanos</b>			
Docente director de investigación	1	\$0.00 (Recurso proporcionado por la Universidad de El Salvador)	\$0.00
Estudiantes investigadoras	3	\$0.00 (Requisito en el proceso formativo de la carrera)	\$0.00
Costo total de investigación			<b>\$989.90</b>

**\*El costo total de la investigación será cubierto por el grupo investigador.**

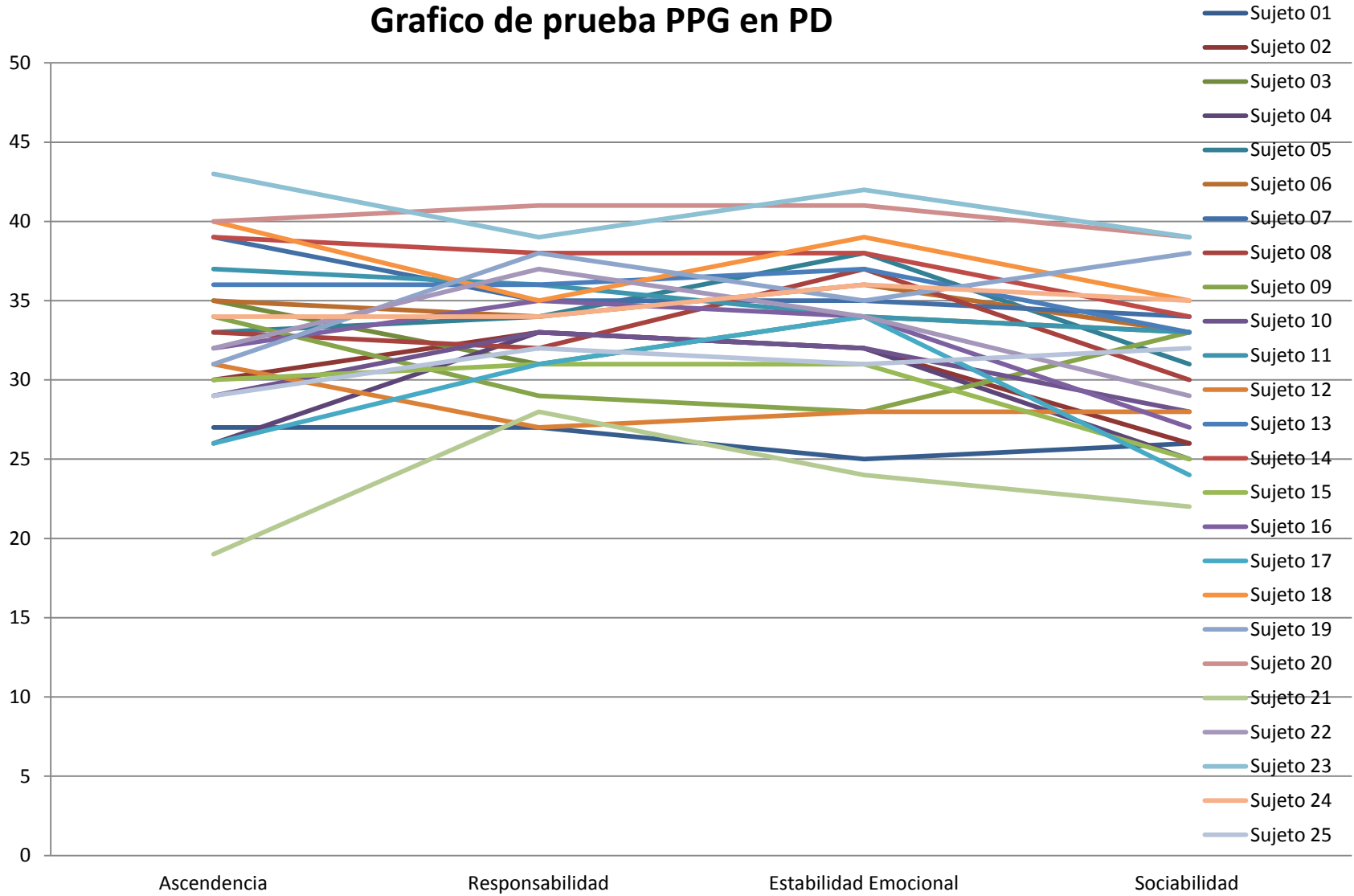
## **CAPITULO IV: ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS**

A continuación se presentaran los resultados de la aplicación “PPG-IPG”, Perfil e Inventario de Personalidad de Gordon, aplicado a la población de la investigación.

Seguidamente se encuentra los resultados de las guías de observación aplicadas en los diferentes ámbitos, guía de observación a equipo técnico durante el entrenamiento, guía de observación a jugadores en entrenamiento, guía de observación a jugadoras antes durante y después del juego.

Y por último se encuentra los resultados de la guía de entrevista aplicada a jugadores.

### Grafico de prueba PPG en PD



## **RESULTADOS GRAFICO DE PRUEBA PPG EN PD**

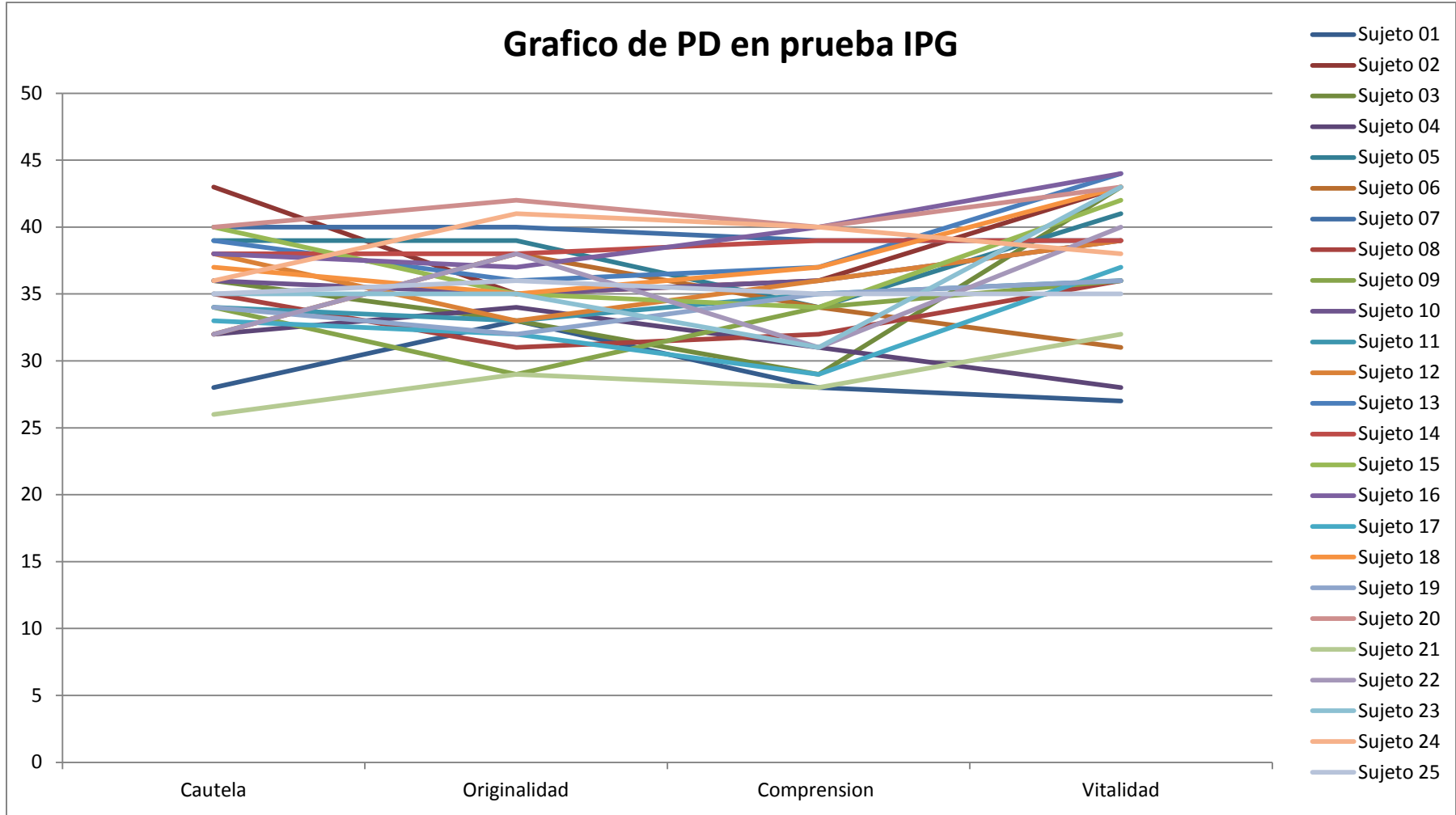
Ascendencia: el grupo muestra en su mayoría una dominancia e iniciativa en situaciones que tengan que ver con el trabajo en equipo. Mantienen un papel activo, manifiestan seguridad en sí mismo, y toman decisiones sin dejarse influir. Existe una leve minoría que muestra poca iniciativa, inseguridad y un papel más pasivo.

Responsabilidad: la característica del grupo en su mayoría manifiesta tendencia a la responsabilidad, es decir, presenta constancia y perseverancia en las tareas propuestas, aunque estas no sean de su agrado o de interés. Una minoría, muestra elude la responsabilidad y abandona las tareas cuando estas no les satisfacen.

Estabilidad emocional: En esta caso la tendencia es fluctuante ya que muchos muestran estabilidad emocional pero otros no, por lo que el grupo podría manifestarse con hipersensibilidad, ansiedad, preocupaciones y tensiones nerviosas, así como poca tolerancia a la frustración.

Sociabilidad: En este caso, como en el anterior, el grupo es fluctuante, se pueden manifestar conductas como facilidad al trato con los demás, facilidad para trabajar con otros o puede existir una restricción a establecer contactos sociales.





### **Resultados de de prueba PPG en PD**

Cautela: El grupo manifiesta características de precaución, que consideran muy cuidadosamente los detalles antes de tomar decisiones, a quienes no les gusta arriesgarse.

Originalidad: Existe una tendencia a la baja en esta rasgo, por lo que podrían manifestarse en el grupo características de poco interés en aprender nuevas cosas o experiencias, no tienen interés por el conocimiento, así como preferir no ejercer tareas difíciles o que impliquen dificultades.

Comprensión: también una tendencia a la baja, por lo que las características de este grupo pueden ser personas muy críticas, a quienes les irritan o molestan lo que hacen o dicen las demás personas, sensibles a las opiniones, poca tolerancia, y suspicacia en los demás.

Vitalidad: el grupo se caracteriza por mostrar vigor y energía, les gusta actuar o trabajar con rapidez, les gusta hacer muchas cosas a la vez o más que otras personas.

**Tabla promedio de Autoestima**

Sujeto	Ascendencia	Responsabilidad	Estabilidad Emocional	Sociabilidad
1	27	27	25	26
2	30	33	32	26
3	35	31	34	33
4	26	33	32	25
5	33	34	38	31
6	35	34	36	33
7	39	35	35	34
8	33	32	37	30
9	34	29	28	33
10	29	33	32	28
11	37	36	34	33
12	31	27	28	28
13	36	36	37	33
14	39	38	38	34
15	30	31	31	25
16	32	35	34	27
17	26	31	34	24
18	40	35	39	35
19	31	38	35	38
20	40	41	41	39
21	19	28	24	22
22	32	37	34	29
23	43	39	42	39
24	34	34	36	35
25	29	32	31	32
<b>Total</b>	<b>820</b>	<b>839</b>	<b>847</b>	<b>772</b>
<b>Media:</b>	<b>33</b>	<b>34</b>	<b>34</b>	<b>31</b>
<b>Media de autoestima: 132 PD 99% PC</b>				

**El AUTOESTIMA** del grupo se manifiesta como un autoestima alto, saludable para el grupo, pero en ciertos casos, las puntuaciones muy elevadas pueden reflejar el deseo de presentar una buena imagen ante las demás personas. A pesar de ellos, el grupo con un autoestima alto podría tener resultados favorables a nivel psicológico en el rendimiento deportivo del equipo.

#### **4.1 INTERPRETACION DE RESULTADOS DE PRUEBA PPG-IPG DE UNA MUESTRA DE 25 JUGADORES DE CLUB DEPORTIVO UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR**

Se infiere que el grupo se caracteriza por poseer elevados índices en cautela, determinando que es un grupo precavido, en el que se consideran muy cuidadosamente los detalles antes de tomar decisiones y no gustan de arriesgarse; así mismo, se caracterizan por niveles altos en vigor y energía, gustan de actuar y trabajar con rapidez, llevando a cabo varias tareas a la vez, también, se caracterizan por mantener una estabilidad emocional ya sea dentro del grupo o fuera del, capaces de manejar la frustración.

El grupo generalmente adopta un papel activo, con seguridad en sí mismos; la responsabilidad es elevada por lo que alude a la constancia y perseverancia en las tareas propuestas, aunque estas no sean de su agrado e interés, también se caracteriza por ser un grupo bastante comprensivo y tolerante.

Las puntuaciones en sociabilidad son más bajas, reflejando posiblemente algunas dificultades para las relaciones interpersonales, tanto dentro como fuera del grupo; así mismo, las puntuaciones en originalidad reflejan un posible desinterés por cierta parte de la muestra hacia realizar tareas complicadas, la solución de problemas y el interés sobre aprender nuevas cosas.

En cuanto al tema de autoestima, se infiere que la muestra refleja niveles adecuados de autoestima, que podrían influir de manera positiva en el grupo de jugadores del club.

## Graficas de guía de observación en el entrenamiento al cuerpo técnico

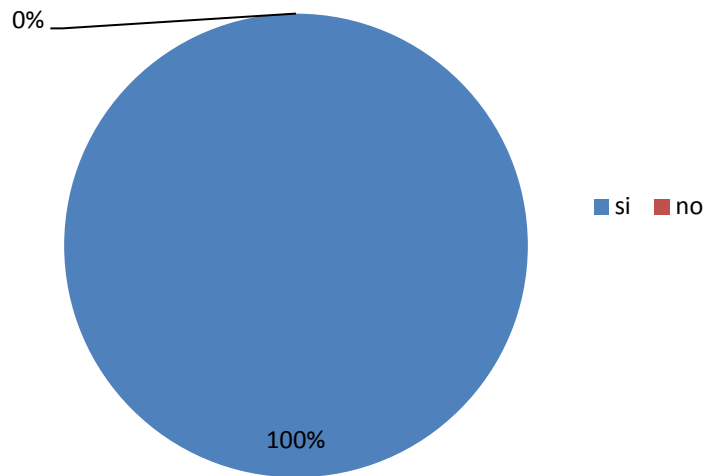


Figura 1 :Se presenta puntual al entrenamiento

Análisis: Como se observa en la figura 1, el 100% de los miembros del cuerpo técnico se presenta de manera puntual al entrenamiento.

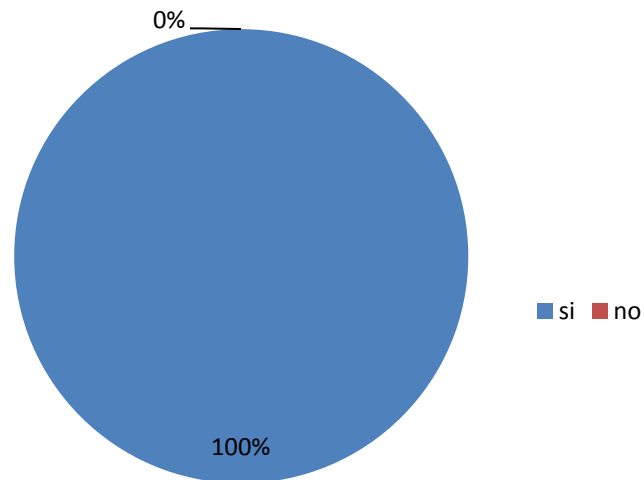


Figura 2: Se presenta ordenado y limpio

Análisis: Como se observa en la figura 2, el 100% de los miembros del cuerpo técnico se presenta de manera ordenada y limpia al entrenamiento.

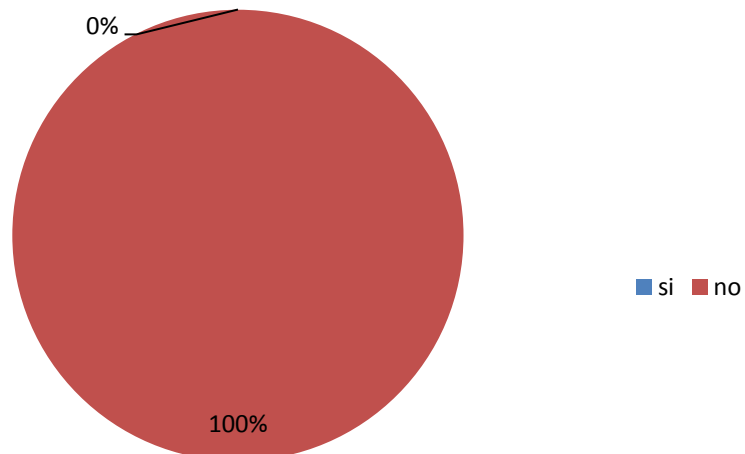


Figura 3: Se hace uso de tecnicas de relajacion

Análisis: Como se observa en la figura 3, el 100% de los miembros del cuerpo técnico no hace uso de técnicas de relajación durante el entrenamiento.

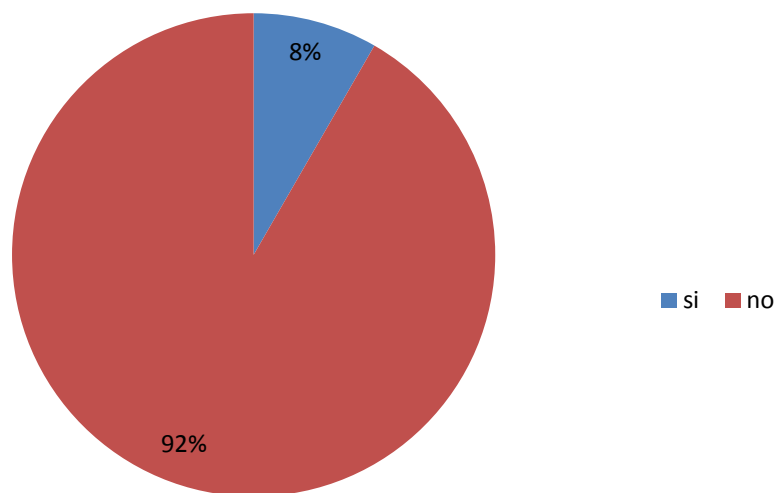


Figura 4: Se realizan tecnicas de motivacion

Análisis: Como se observa en la figura 4, en el 92% de los entrenamientos no se hizo uso de técnicas de motivación, sin embargo en un 8% de los entrenamientos si se hizo uso de técnicas de motivación

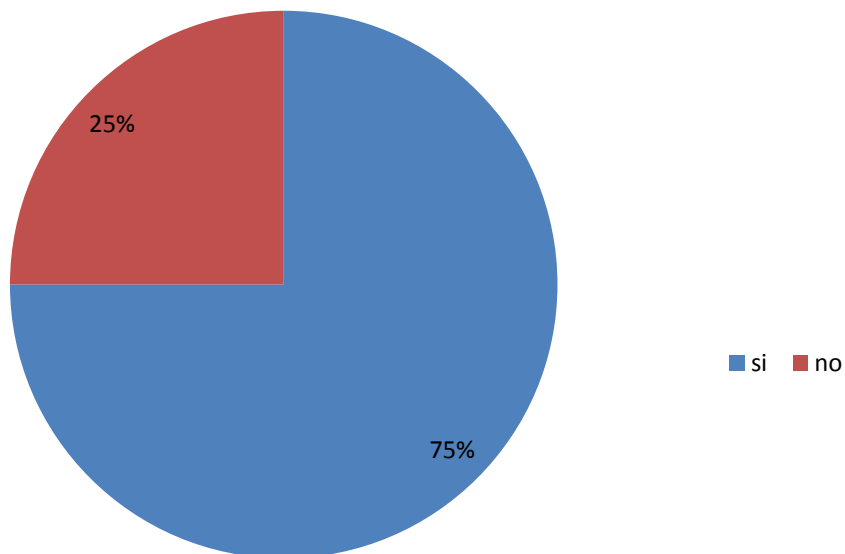


Figura 5: En la realizacion delas actividades toma conciencia del propio estado de ejecucion ideal.

Análisis: En la figura 5 se observa que en un 75% de los entrenamientos se toma conciencia del propio estado de ejecución ideal, y un 25% no se toma conciencia del propio estado de ejecución ideal.

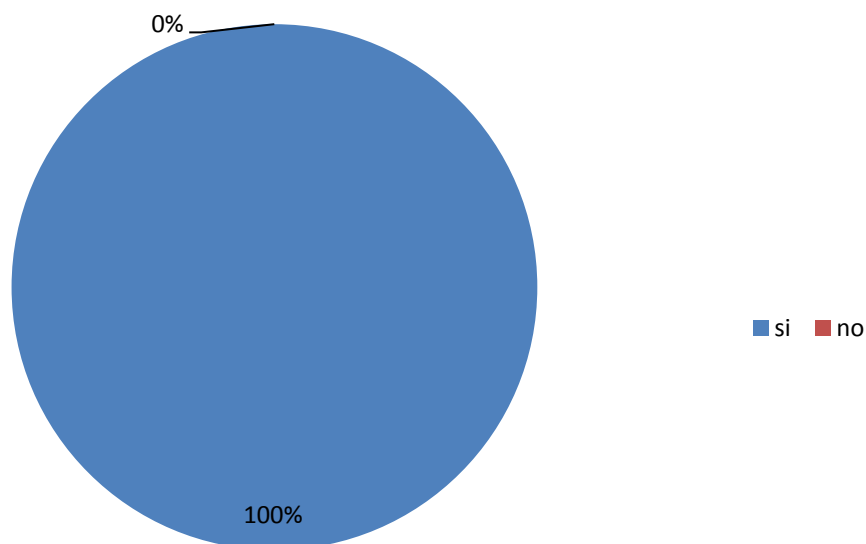


Figura 6: Realizacion de calentamiento

Análisis: En la figura 6 se muestra que se realiza calentamiento en un 100% de los entrenamientos.

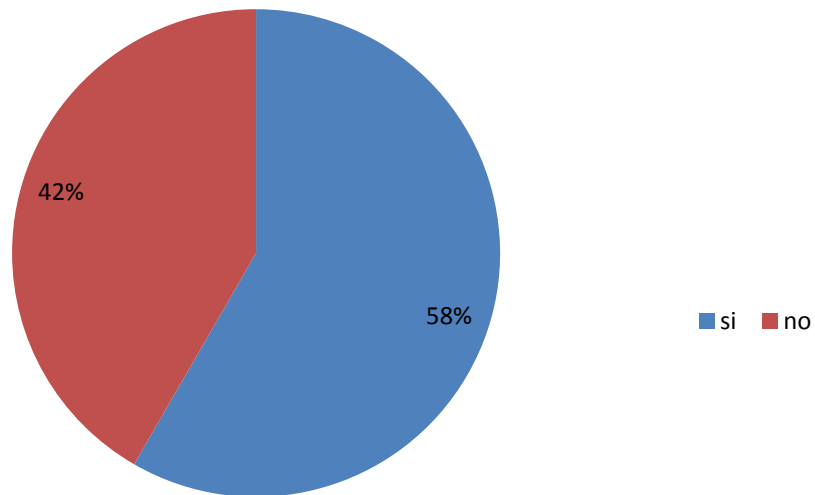


Figura 7: Se observa una rutina ordenada

Análisis: Como se observa en la figura 7, en un 58% se muestra una rutina ordenada en los entrenamientos, sin embargo en un 42% la rutina se muestra desordenada en los entrenamientos.

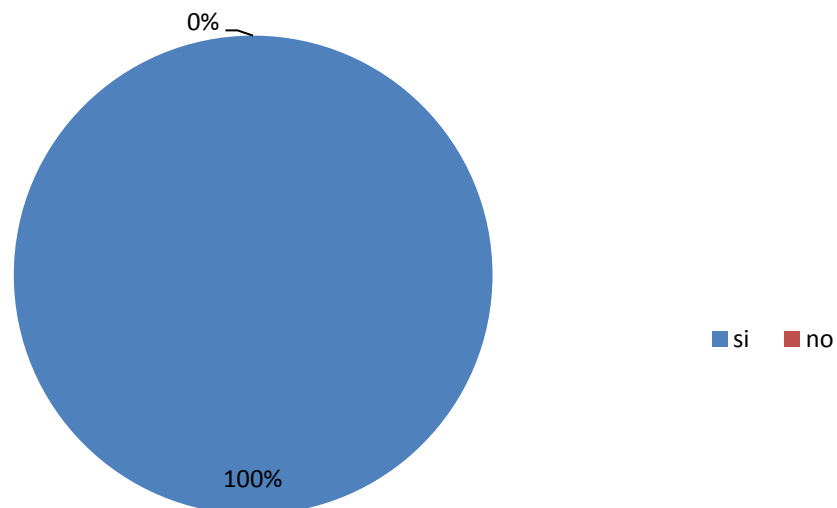


Figura 8: Hace utilizacion de lenguaje verbal para comunicarse al dar indicaciones.

Análisis: En la figura 8 se muestra que en un 100% se hace uso lenguaje verbal para comunicarse con los jugadores, para dar indicaciones de parte del cuerpo técnico.



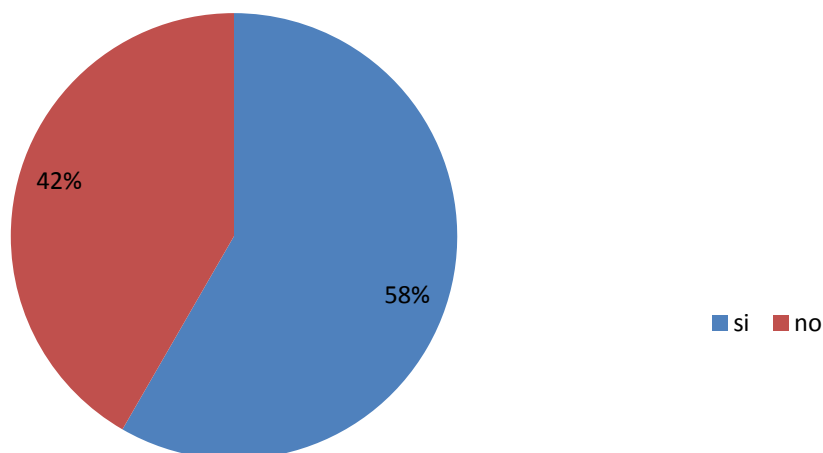


Figura 9: Hacen utilizacion del lenguaje no verbal para comunicarse al dar indicaciones

Análisis: como se muestra en la figura 9, un 42% de los entrenos no se hace uso de lenguaje no verbal para comunicarse con los jugadores, sin embargo en un 58% de los entrenos si se hace uso de lenguaje no verbal para comunicarse con los jugadores.

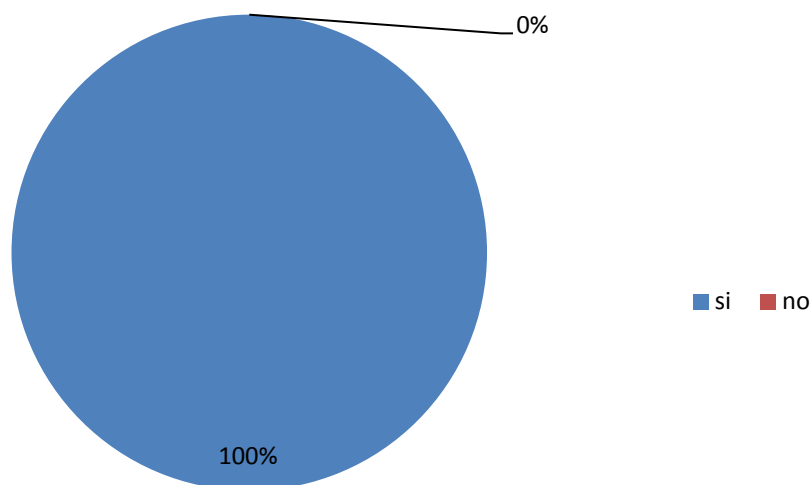


Figura 10: Se observa concentrado dirigiendo las actividades

Análisis: en la figura 10 se observa que en un 100% de los entrenos, el cuerpo técnico se muestra concentrado dirigiendo las actividades.

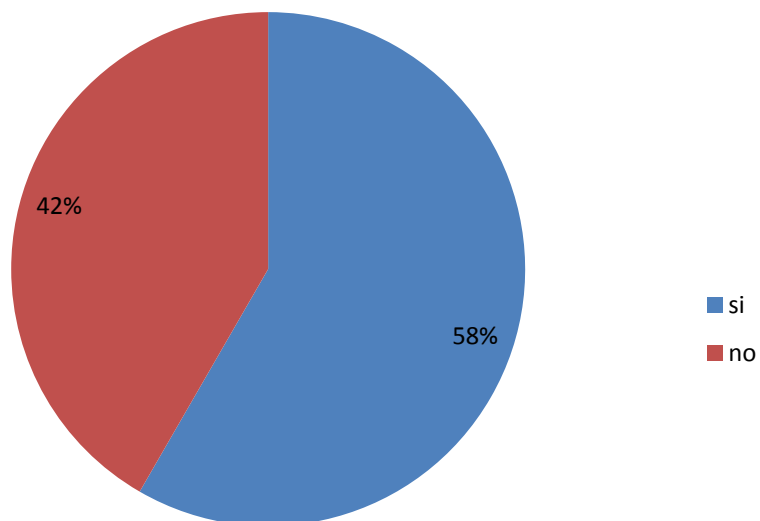


Figura 11: Mantiene el orden del grupo

Análisis: en la figura 11 se muestra, que en un 42% de los entrenamientos, no se mantiene el orden del grupo, sin embargo en un 58% de los entrenamientos, si se mantiene el orden del grupo.

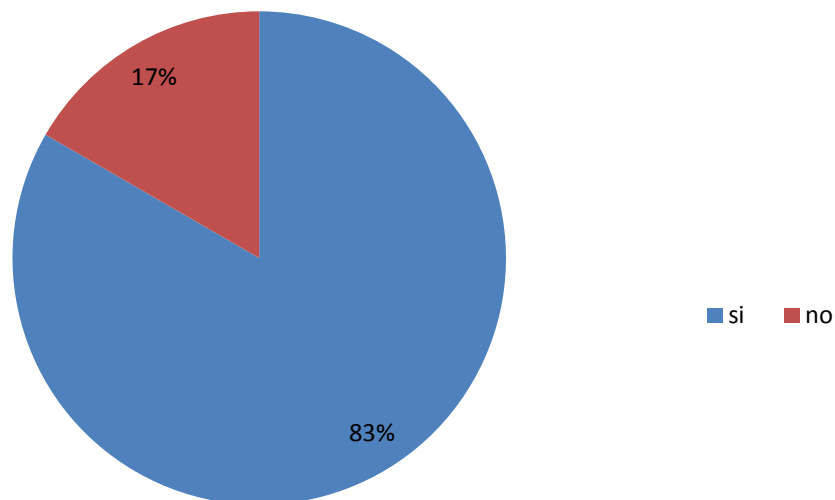


Figura 12: Atiende a sus indicaciones el grupo

Análisis: En la figura 12 se observa que el 83% de los entrenamientos, el grupo atiende las indicaciones del cuerpo técnico, sin embargo en un 17% de los entrenamientos, el grupo no atiende las indicaciones del cuerpo técnico.

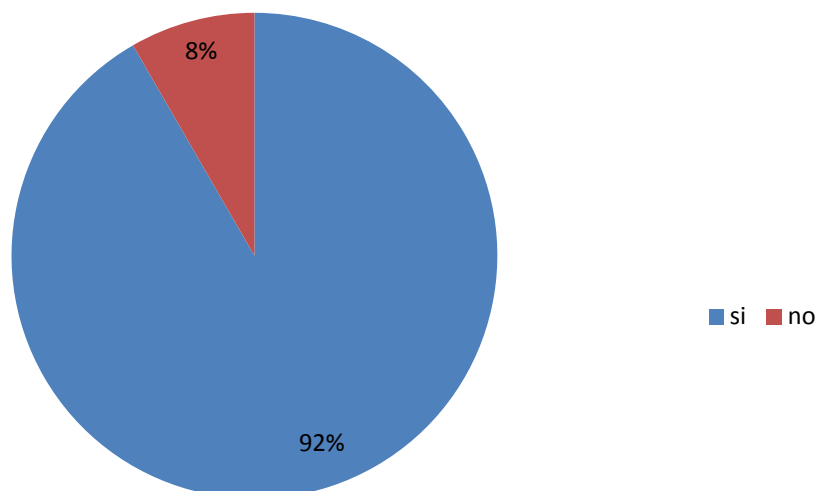


Figura 13: Se concentra mas en unos jugadores

Análisis: En la figura 13 se muestra que un 92% de los entrenamientos, el cuerpo técnico se concentra más en unos jugadores, en un 8% no se concentran más en unos jugadores.

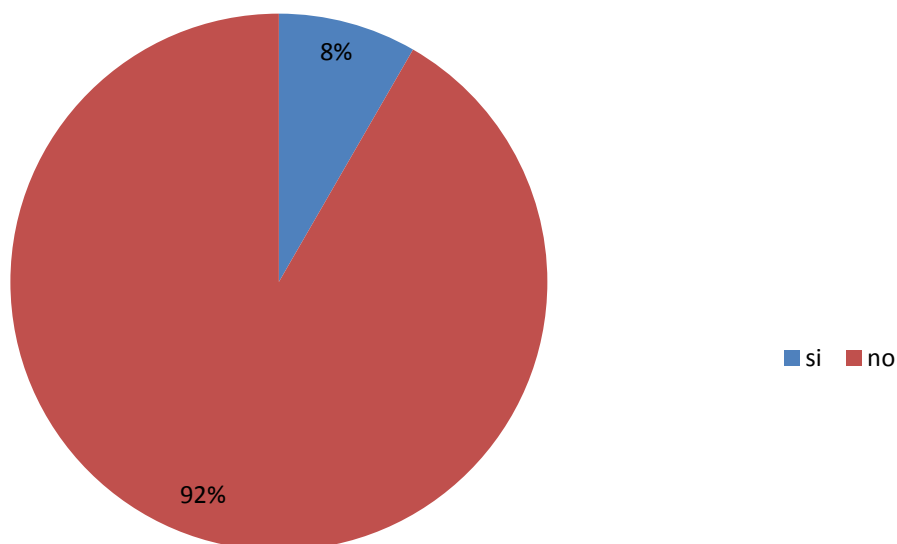


Figura 14: Pone la misma atencion en todos los jugadores

Análisis: en la figura 14 se muestra que en un 8% de los entrenamientos, el cuerpo técnico pone la misma atención en todos los jugadores, mientras que el 92% restante de los entrenamientos, el cuerpo técnico no pone la misma atención en todos los jugadores.

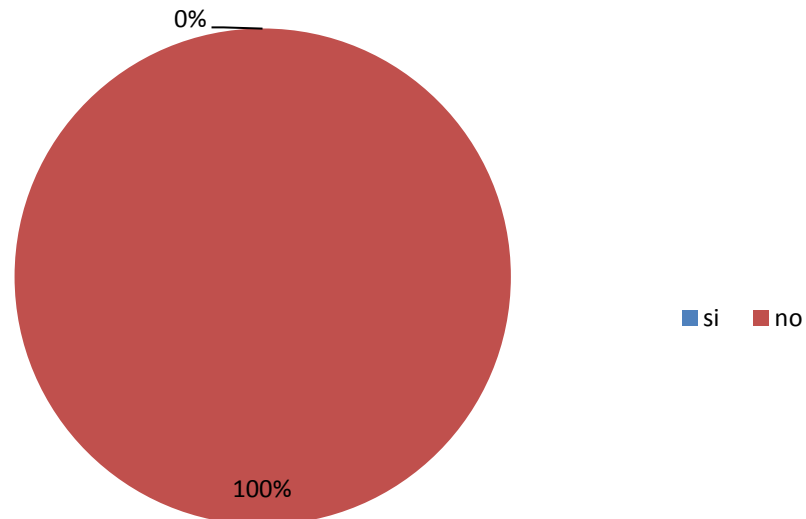


Figura 15: Hace uso de otros elementos

Análisis: en la figura 15 se muestra que el 100% de los entrenamientos, no se hace uso de otros elementos (cañón, computadora, paleógrafos, etc.) para la ejecución del mismo.

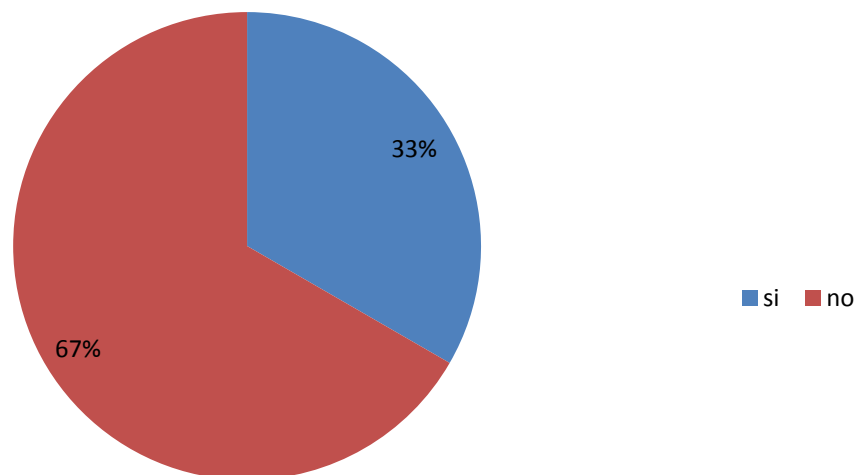


Figura 16: Explica la importancia de la realizacion de los ejercicios

Análisis: en la figura 16 se muestra que un 67% de los entrenamientos no se explica la importancia de la realización de los ejercicios, mientras que en un 33% si se explica la importancia de la realización de los ejercicios.

## **ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN GUÍAS DE OBSERVACIÓN A CUERPO TÉCNICO DURANTE EL ENTRENAMIENTO.**

El cien por ciento del cuerpo técnico se presenta de manera puntual a los entrenamientos, de manera ordenada y limpios, durante las observaciones no se hizo uso de técnicas de relajación hacia los jugadores o el mismo cuerpo técnico. Las técnicas de motivación por parte del cuerpo técnico se ven reducidas solamente al 8%, se tiene conciencia con el 75% sobre el propio estado de ejecución ideal, se realiza con el cien por cierto un calentamiento previo antes del entrenamiento, con un 58% se observa una rutina de entrenamiento ordenada, mientras con un 42% suele observarse de manera desordenada. Se hace uso del 100% el uso de lenguaje verbal para comunicarse al dar indicaciones, se hace uso del 58% del lenguaje no verbal para dar indicaciones, el cuerpo técnico con el 100% se muestra concentrado al momento de dirigir las actividades, el orden del grupo se mantiene solo con un 42% mientras que un 58% el grupo suele dispersarse, el grupo suele atender con un 83% las indicaciones dadas por el cuerpo técnico, con el 92% el cuerpo técnico se concentra en algunos los jugadores, solo con el 8% el cuerpo técnico se concentra en todos los jugadores, con el 92% no se hace uso de otros elementos (retroproyector, computadoras, carteles, etc.) para dar información o motivación, con el 100% no se explica la importancia de la realización de los ejercicios ejecutados en los entrenamientos.

## Guía de observación en el entrenamiento a jugadores

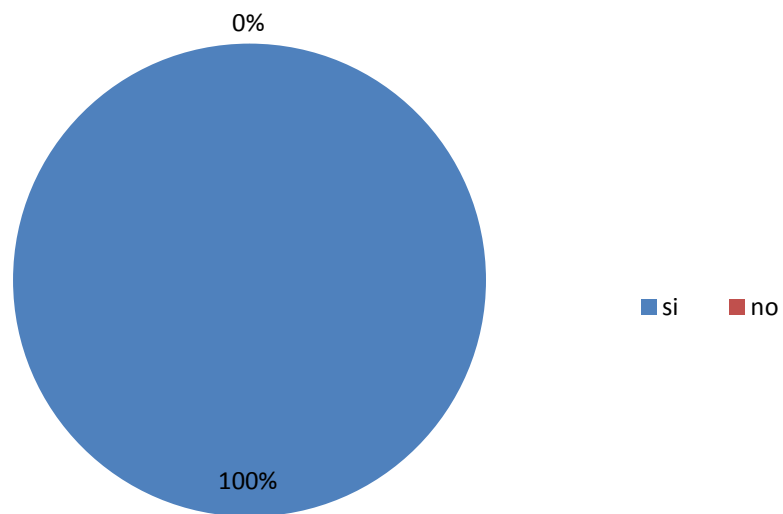


Figura 1: Se presenta puntual al entrenamiento

Análisis: en la figura 1 se muestra que el 100% de los jugadores, se presenta de manera puntual a los entrenamientos.

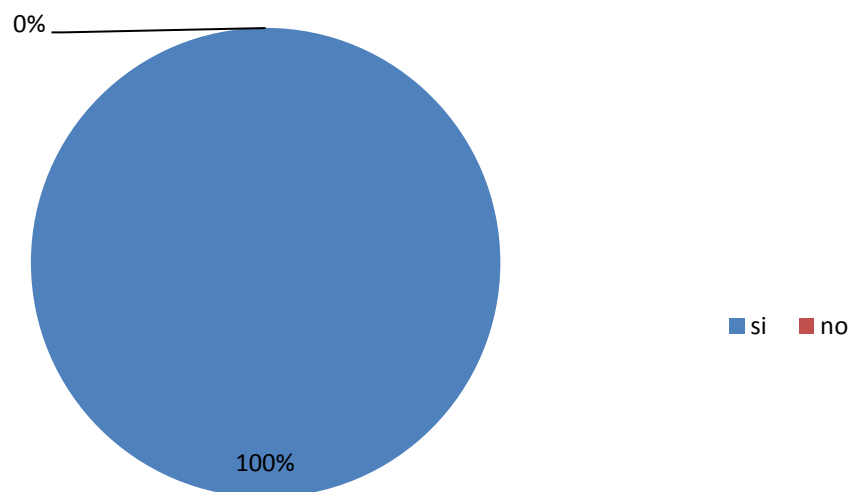


Figura 2: Se presenta limpio y ordenado

Análisis: en la figura 2 se muestra que el 100% de los jugadores, se presenta de manera limpia ordenada a los entrenamientos.

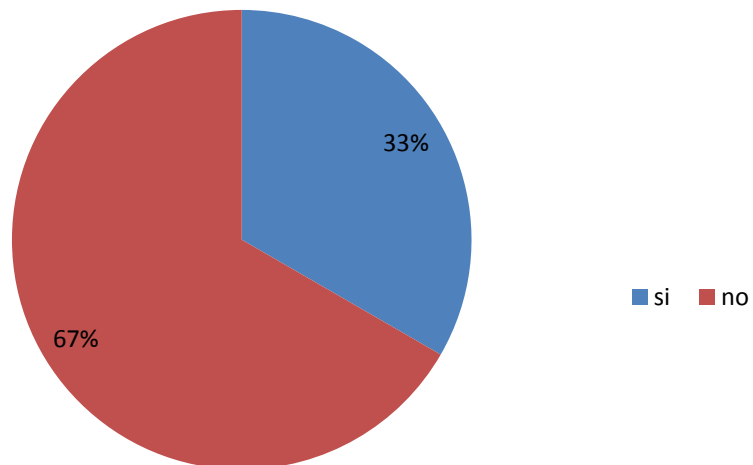


Figura 3: Se comunica con el entrenador

Análisis: en la figura 3 se muestra que un 67% de los jugadores no se comunica con el entrenador, mientras que un 33% de los jugadores si se comunica con el entrenador.

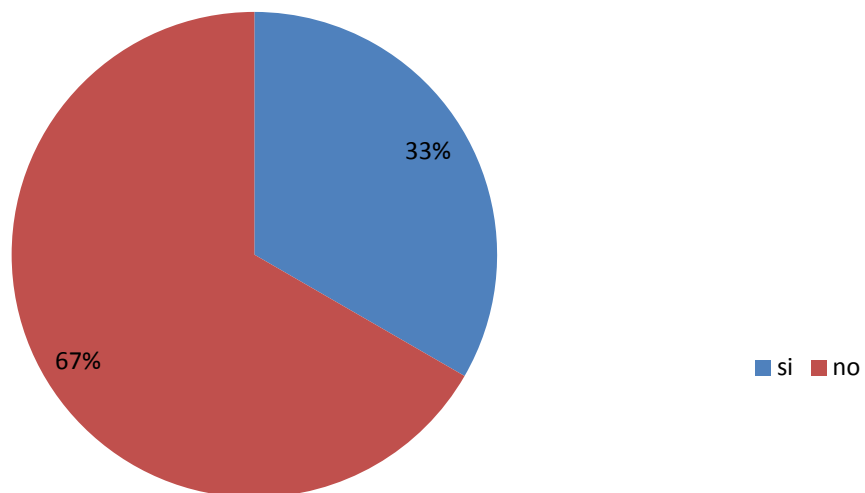


Figura 4: Se le realizan llamados de atención por no seguir indicaciones

Análisis: en la figura 4 se muestra que el 67% de los entrenamientos, no se hacen llamados de atención a los jugadores por no seguir indicaciones, mientras que en un 33% de los entrenamientos si se hacen llamados de atención a los jugadores por no seguir indicaciones.

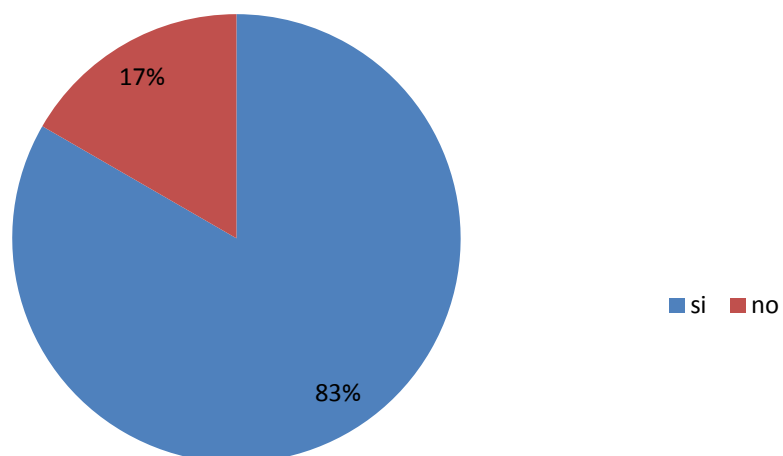


Figura 5: Se comunica con los compañeros

Análisis: en la figura 5 se muestra que el 83% de los jugadores si se comunica con sus compañeros, mientras que un 17% de los jugadores no se comunica con sus compañeros.

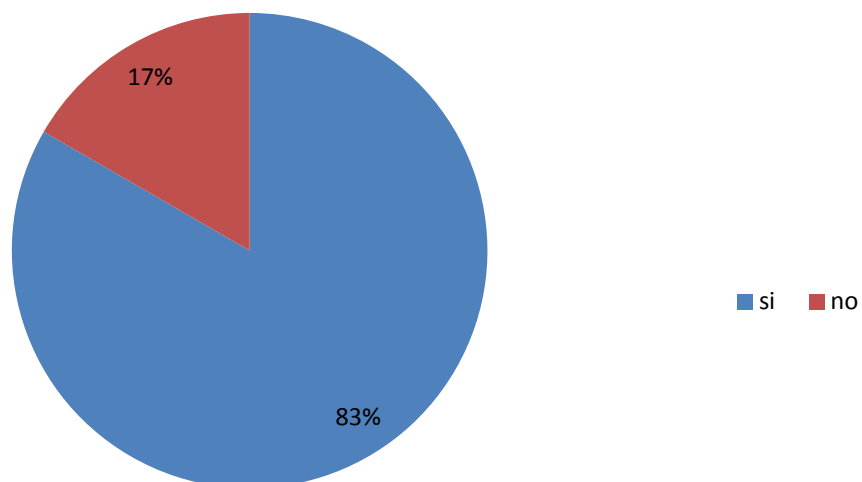


Figura 6: Solicita orientaciones para realizar mas entrenamiento

Análisis: en la figura 6 se muestra que un 83% de los jugadores solicita orientaciones para realizar el entrenamiento, mientras que un 17% de los jugadores no solicita orientación para realizar el entrenamiento.



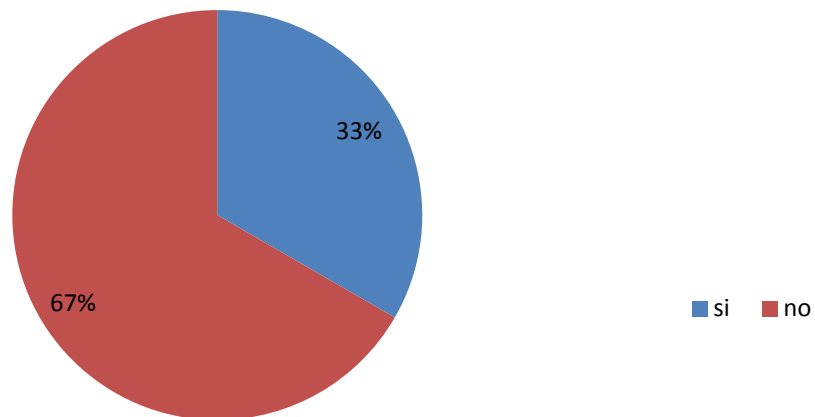


Figura 7: En la realizacion de las actividades toma conciencia del propio estado de ejecucion ideal

Análisis: en la figura 7 se muestra que el 67% de los jugadores, no toma conciencia de su propio estado de ejecución ideal, mientras que un 33% de los jugadores, si toma conciencia de su propio estado de ejecución ideal.

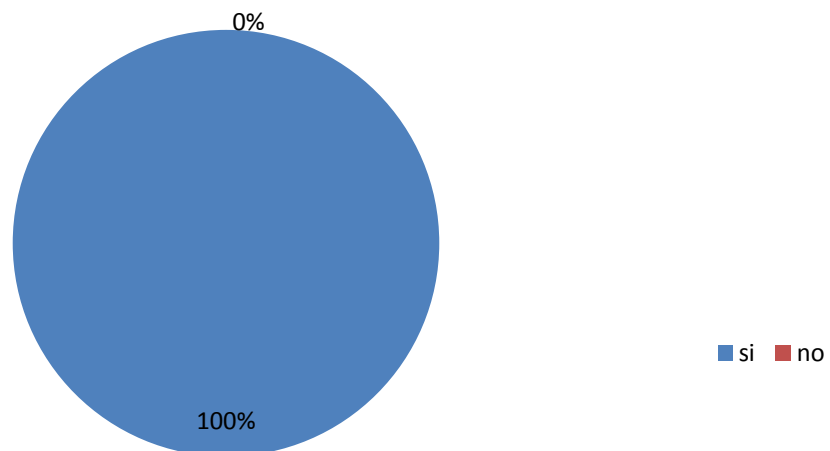


Figura 8: Realizacion de calentamiento toma conciencia del propio estado de ejecucion ideal

Análisis: como se muestra en la figura 8 en un 100% de los jugadores, toma conciencia de su propio estado de ejecución ideal durante el calentamiento.

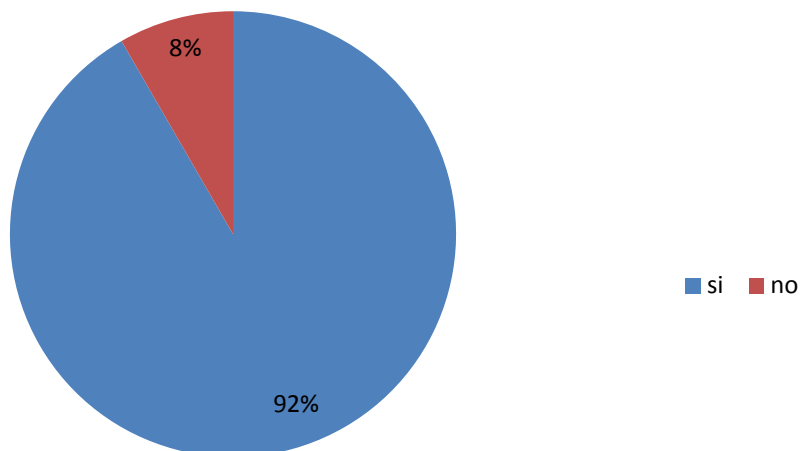


Figura 9: Realiza el entrenamiento

Análisis: en la figura 9 se muestra que un 92% de los jugadores si realiza el entrenamiento, mientras que un 8% de los jugadores no realiza el entrenamiento.

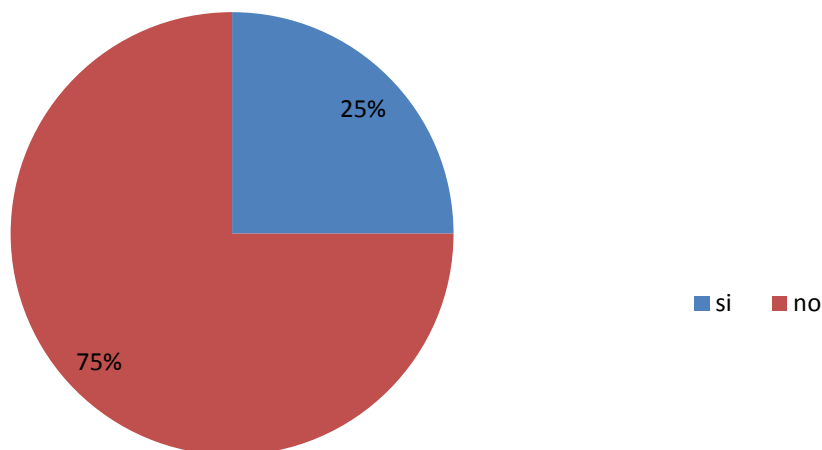


Figura 10: Se observa cansado durante la rutina de entrenamiento

Análisis: en la figura 10 se muestra que el 75% de los jugadores no se observa cansado durante la rutina de entrenamiento, mientras que un 25% de los jugadores si se muestra cansado durante la rutina de entrenamiento.

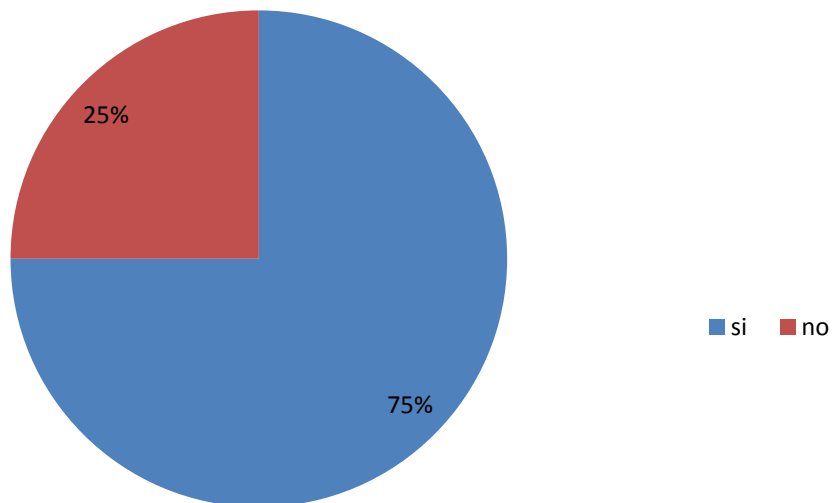


Figura 11: Hacen uso del lenguaje no verbal para comunicarse

Análisis: en la figura 11 se muestra que el 75% de los jugadores si hace uso del lenguaje no verbal para comunicarse, mientras que el 25% de los jugadores no hace uso del lenguaje no verbal para comunicarse.

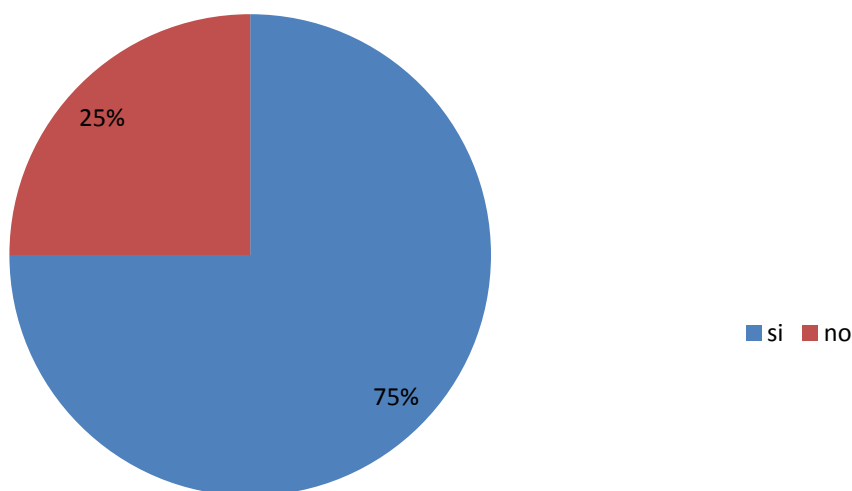


Figura 12: Se observa concentrado en la realizacion de las actividades

Análisis: en la figura 12 se muestra que el 75% de los jugadores si se observa concentrado en la realización de las actividades, mientras que un 25% de los jugadores no se muestra concentrado en la realización de las actividades.

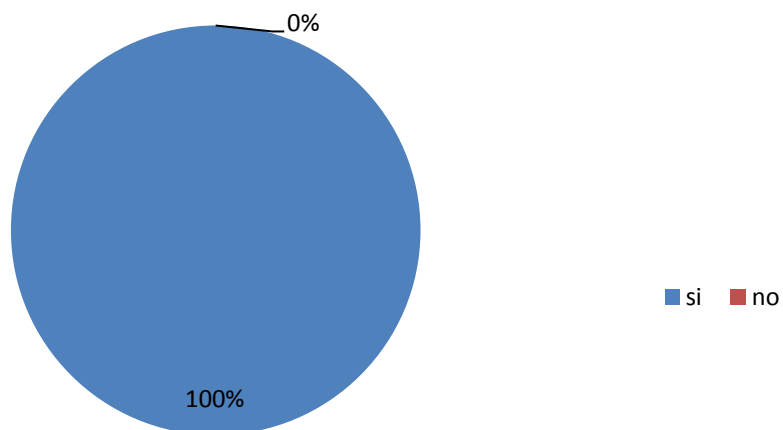


Figura 13: Atiende a las indicaciones

Análisis: en la figura 13 se muestra que el 100% de los jugadores atiende las indicaciones durante el entrenamiento.

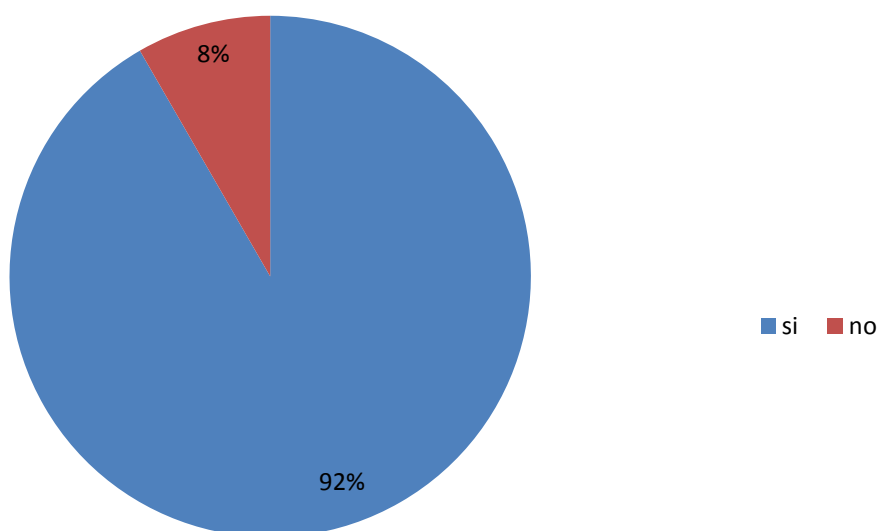


Figura 14: Se relaciona de manera adecuada con sus compañeros

Análisis: en la figura 14 se muestra que el 92% de los jugadores si se relaciona de manera adecuada con sus compañeros, mientras que un 8% de los jugadores no se relaciona con sus compañeros.

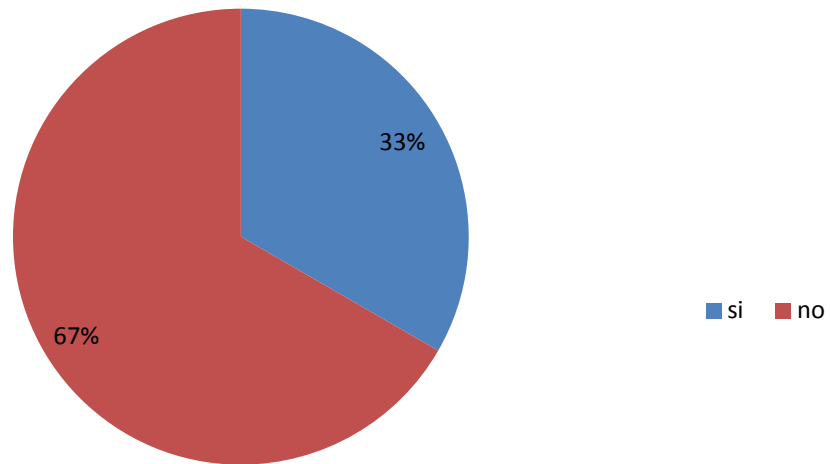


Figura 15: Ejecuta con precision cada ejercicio

Análisis: en la figura 15 se muestra que el 67% de los jugadores no ejecuta con precisión los ejercicios, mientras que un 33% de los jugadores si ejecuta con precisión cada ejercicio.

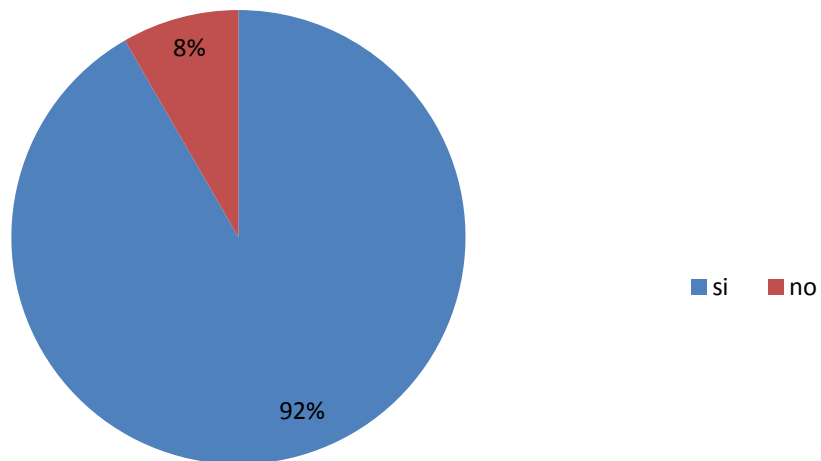


Figura 16: Concluye el entrenamiento completo

Análisis: en la figura 16 se muestra que el 92% de los jugadores si concluye en el entrenamiento completamente, mientras que el 8% de los jugadores no concluye el entrenamiento completamente.

## **ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN GUÍAS DE OBSERVACIÓN A JUGADORES DURANTE EL ENTRENAMIENTO.**

el 100% de los jugadores se presentan de manera puntual a los entrenamientos, así como se presentan de manera limpia y ordenados, solo el 33% se comunica de manera adecuada con el entrenador, mientras un 67% no lo hace; con el 67% no se le hacen llamados de atención a los jugadores cuando no siguen las indicaciones del cuerpo técnico, el 92% de los jugadores se comunican con sus demás compañeros, el 92% no solicita orientaciones para realizar más entrenamiento (ya sea dentro o fuera del equipo), no se tiene conciencia del propio estado de ejecución ideal con el 67%, el 100% realiza un calentamiento apropiado, el 92% realiza el entrenamiento por completo, el 25% de los jugadores se muestran cansados durante la rutina de entrenamiento, el 75% de los jugadores hacen uso del lenguaje no verbal para comunicarse durante el entrenamiento, el 75% de los jugadores se observan concentrados en la realización de actividades en los entrenamientos, el 100% atiende las indicaciones que se dan en el entrenamiento, el 92% de los jugadores se relaciona de manera adecuada con sus compañeros, solo el 33% ejecuta con precisión cada ejercicio durante el entrenamiento mientras que un 67% no lo hace, el 92% de los jugadores concluye el entrenamiento por completo.

## Guía de observación en el juego a jugadores

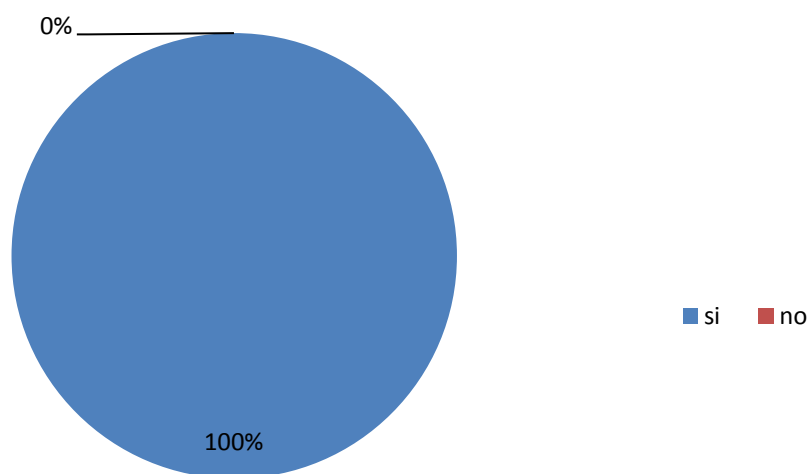


Figura 1: Se presenta puntual

Análisis: en la figura 1 se muestra que el 100% de los jugadores se presenta de de manera puntual a los partidos,

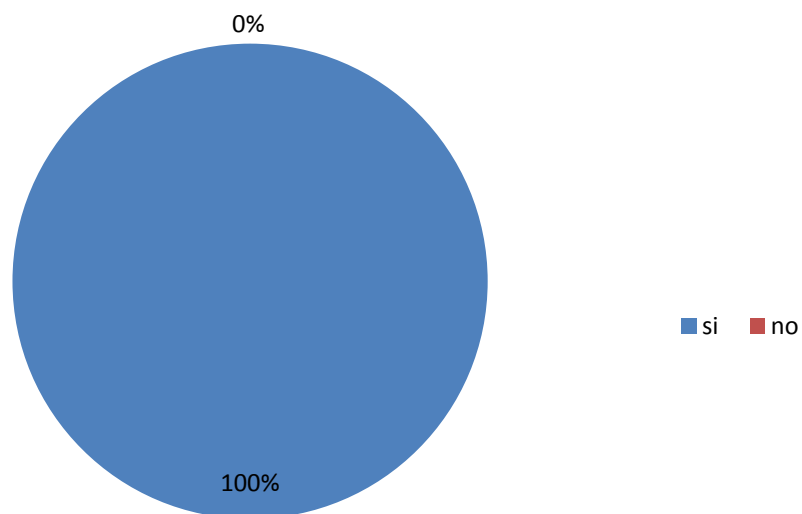


Figura 2: Se presenta limpio y ordenado

Análisis: en la figura 2 se muestra que el 100% de los jugadores se presenta de manera limpia y ordenada a los partidos.

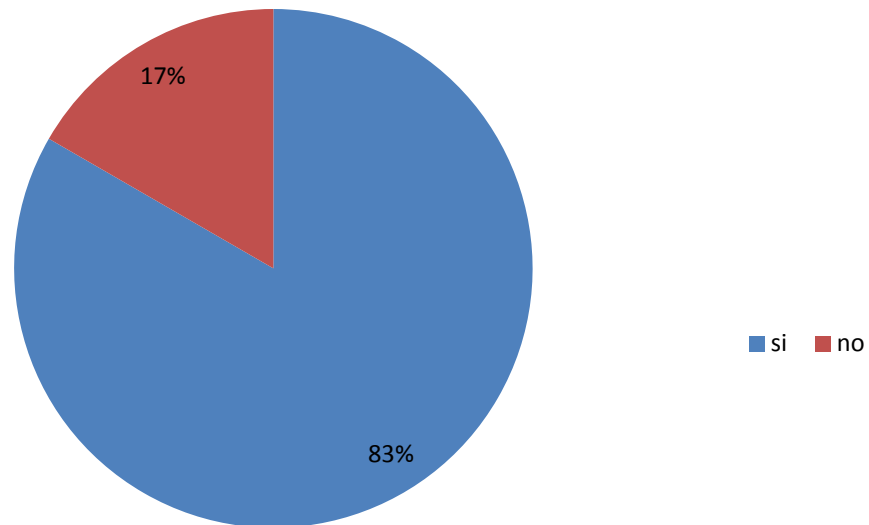


Figura 3: Se observa que realice movimiento repetitivo o nervioso como un tic.

Análisis: en la figura 3 se muestra que el 83% de los jugadores si realiza movimientos repetitivos o nerviosos, antes del partido, mientras que un 17% de los jugadores no realiza movimientos repetitivos o nerviosos, antes del partido.

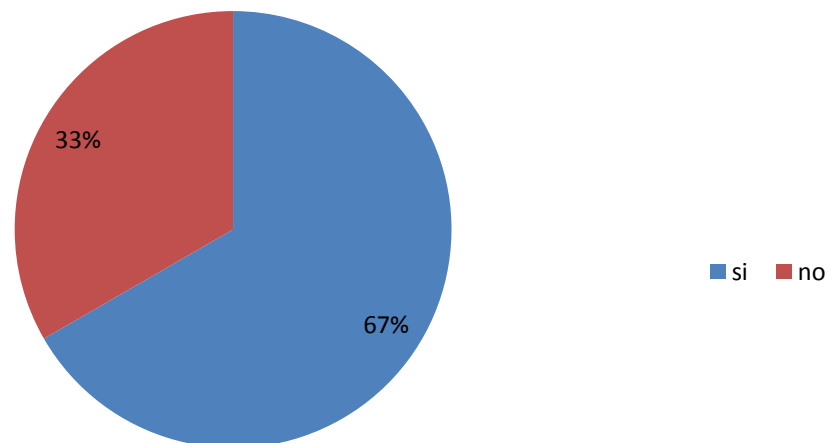


Figura 4: Se muestra concentrado

Análisis: en la figura 4 se muestra que el 67% de los jugadores si se observa concentrado durante el partido, mientras que un 33% de los jugadores no se observa concentrado durante el partido.



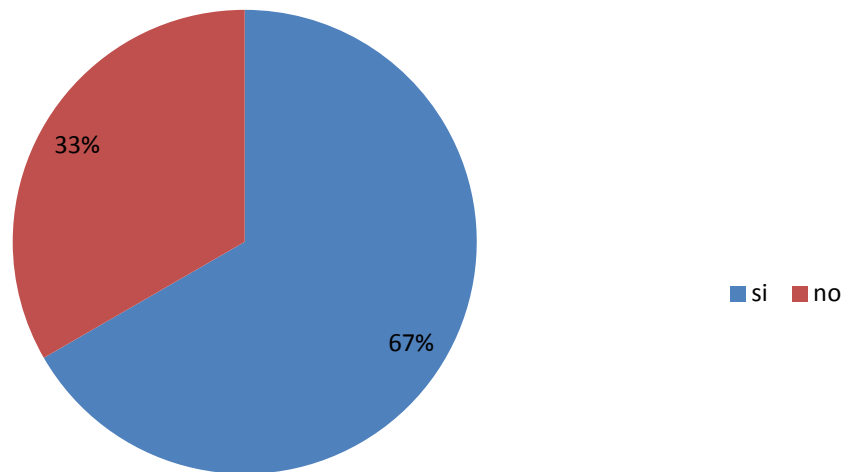


Figura 5: Presenta una actitud positiva antes de entrar al juego

Análisis: en la figura 4 se muestra que el 67% de los jugadores si presenta una actitud positiva antes de entrar al juego, mientras que un 33% de los jugadores no presenta una actitud positiva antes de entrar al juego.

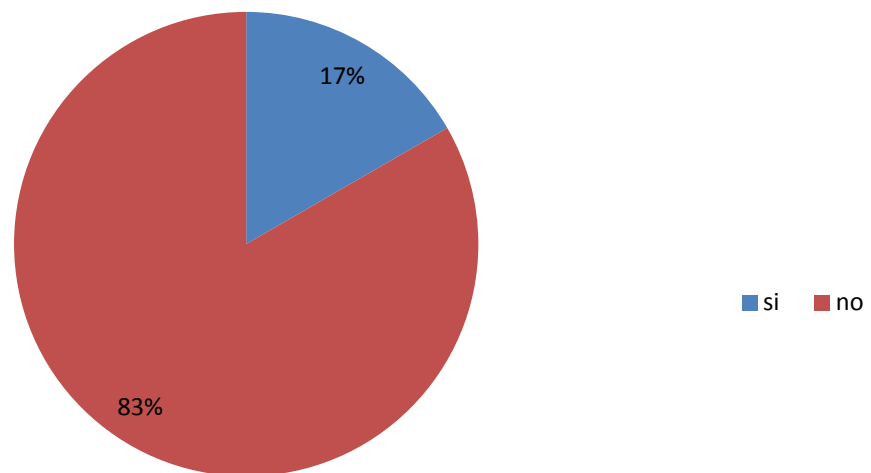


Figura 6: Se observa cansado en el desarrollo del juego

Análisis: en la figura 6 se muestra que el 83% de los jugadores no se observa cansado durante el desarrollo del juego, mientras que un 17% de los jugadores si se observa cansado durante el desarrollo del juego.

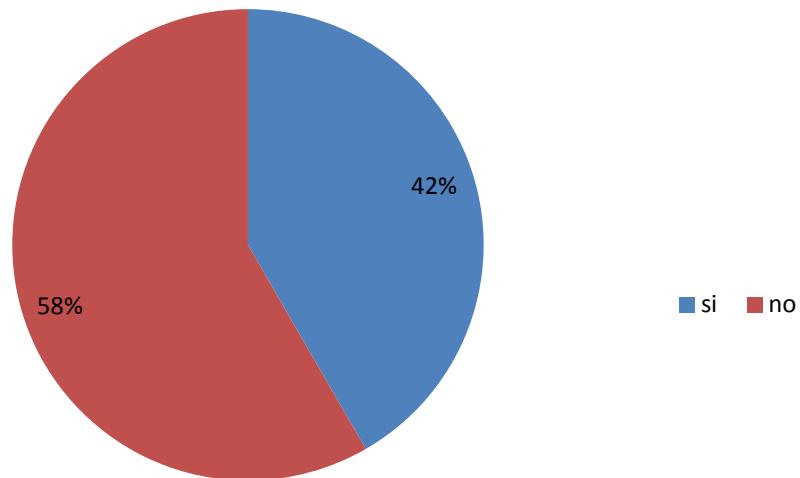


Figura 7: Trata de comunicarse antes de entregar el balon

Análisis: en la figura 7 se observa que el 58% de los jugadores no trata de comunicarse antes de entregar el balón, mientras que el 42% de de los jugadores si trata de comunicarse antes de entregar el balón.

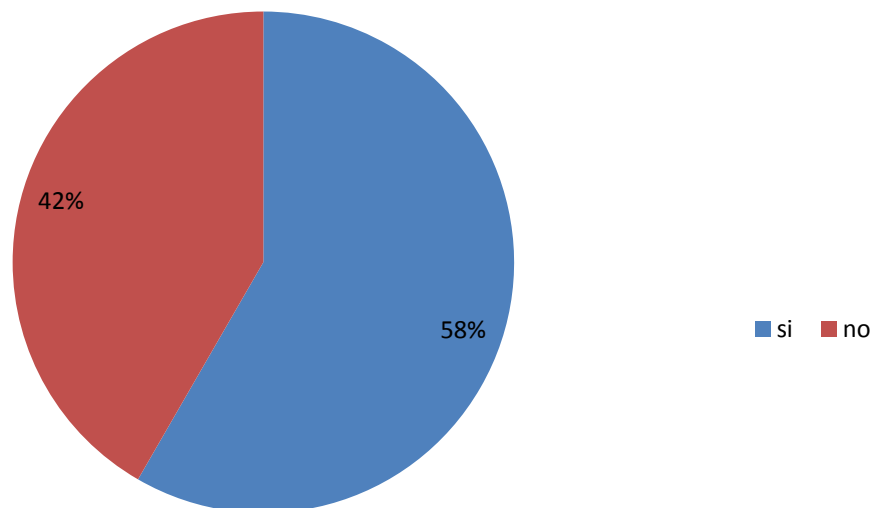


Figura 8: Los compañeros atienden a las indicaciones o llamadas

Análisis: como se muestra en la figura 8 el 58% de los jugadores si atiende las indicaciones o llamadas de sus compañeros durante el juego, mientras que el 42% de los jugadores no atiende las indicaciones o llamadas de sus compañeros durante el juego.

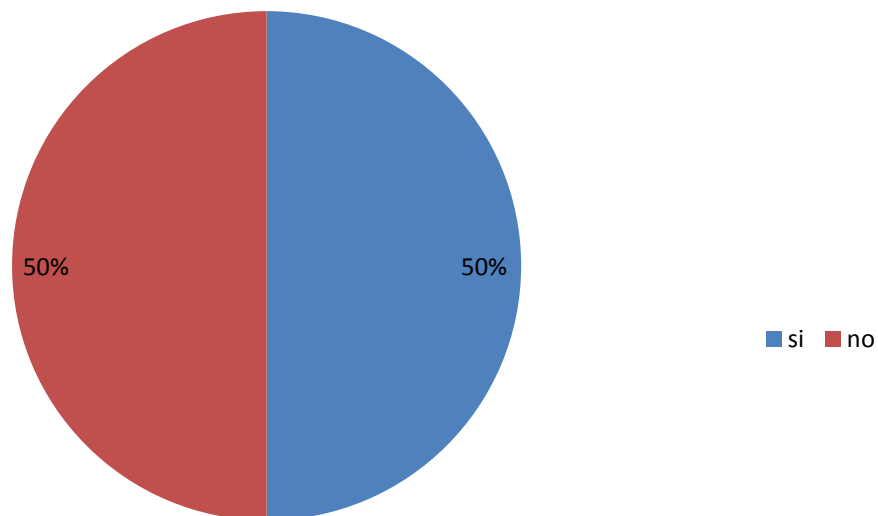


Figura 9: Realiza con precision los pases

Análisis: en la figura 9 se muestra que el 50% de los jugadores si realiza con precisión los pases, mientras que el 50% de los jugadores no realiza con precisión los pases durante el juego.

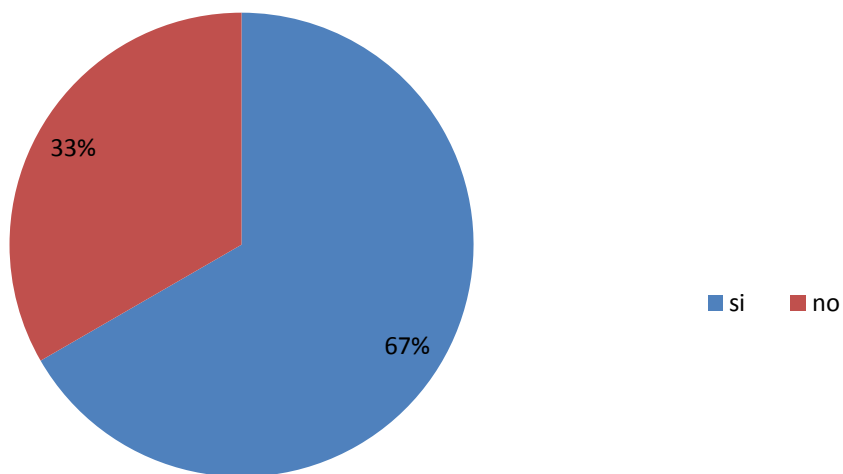


Figura 10: Hacen utilizacion del lenguaje no verbal para comunicarse

Análisis: en la figura 10 se muestra que el 67% de los jugadores si hace uso del lenguaje no verbal para comunicarse durante el juego, mientras que el 33% de los jugadores no hace uso del lenguaje no verbal para comunicarse durante el juego.

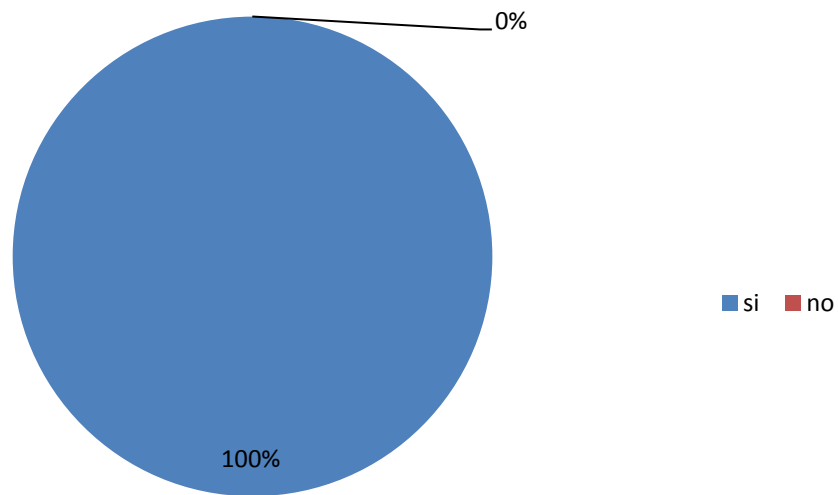


Figura 11: Hacen utilizacion del lenguaje verbal

Análisis: en la figura 11 se muestra que un 100% de los jugadores hacen uso de lenguaje verbal durante el juego.

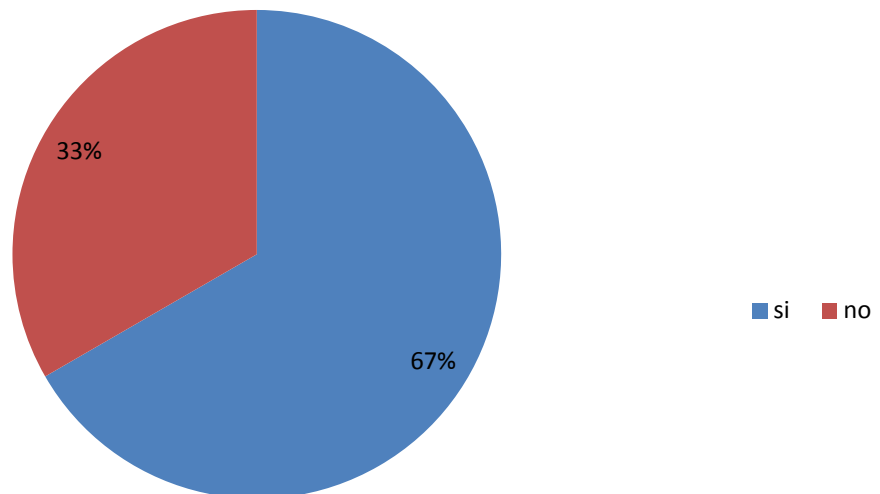


Figura 12: Se observa concentrado en la realizacion del juego

Análisis: en la figura 12 se muestra que el 67% de los jugadores si se observa concentrado en la realización del juego, mientras que el 33% de los jugadores no se observa concentrado en la realización del juego.

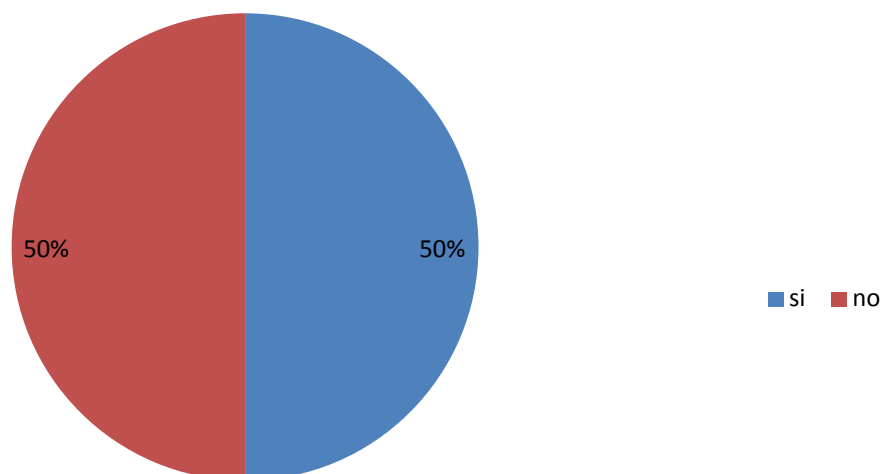


Figura 13: Se muestra solidario en el juego

Análisis: en la figura 13 se muestra que un 50% de los jugadores si se observa solidario en el juego, mientras que el otro 50% de los jugadores no se observa solidario en el juego.

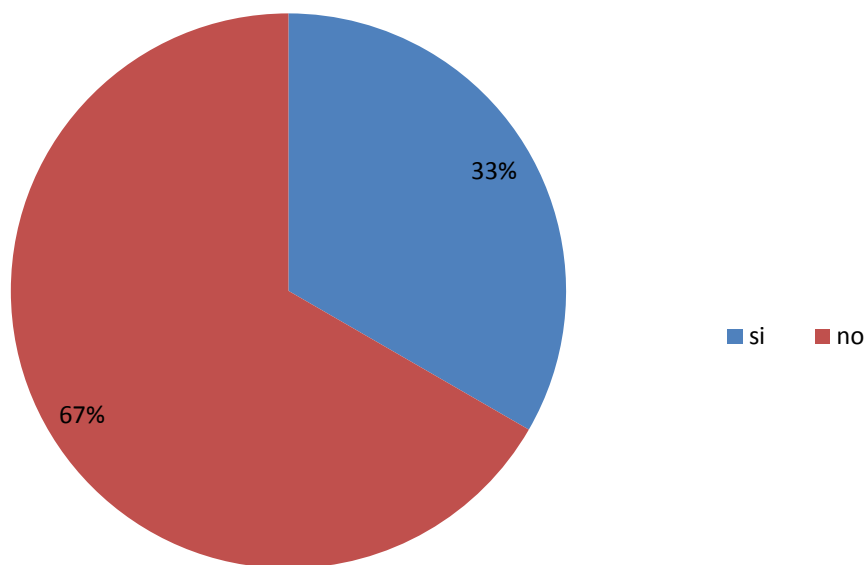


Figura 14: Atienden indicaciones

Análisis: en la figura 14, se muestran que un 33% de los jugadores si atiende las indicaciones del DT en el juego, mientras que un 67% no lo hace.

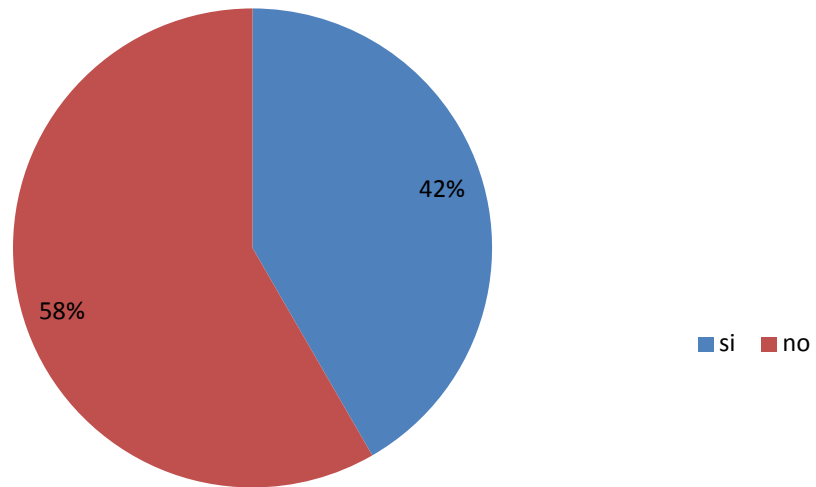


Figura 15: Se relaciona de manera adecuada con sus compañeros

Análisis: en la figura 14 se muestra que el 42% de los jugadores se relaciona de manera adecuada durante el juego con sus compañeros, mientras que un 58% no lo hace.

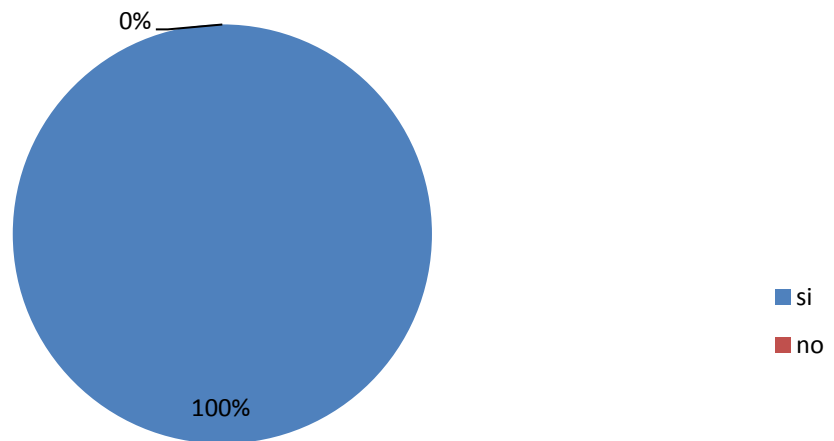


Figura 16: Se muestra frustrado en ocasiones

Análisis: en la figura 16 se muestra que el 100% de los jugadores se muestran con conductas y actitudes de frustración durante el juego.

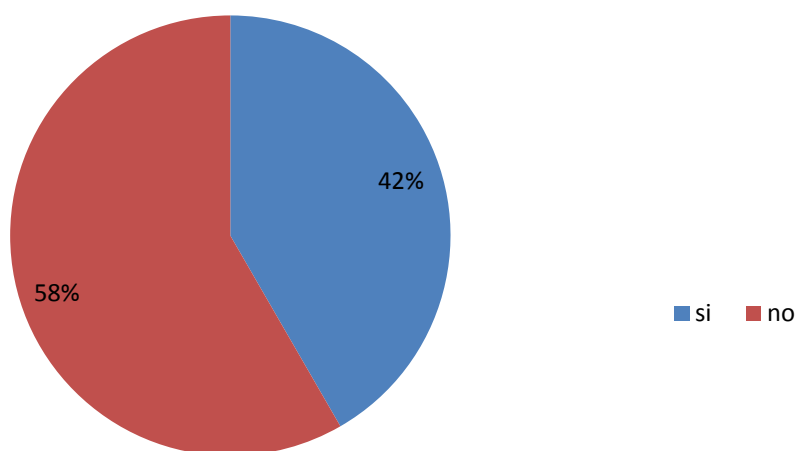


Figura 17: Golpea a sus contrincantes

Análisis: en la figura 17 el 42% de los jugadores golpea a sus contrincantes durante el juego, mientras que el 58% de ellos no lo hace.

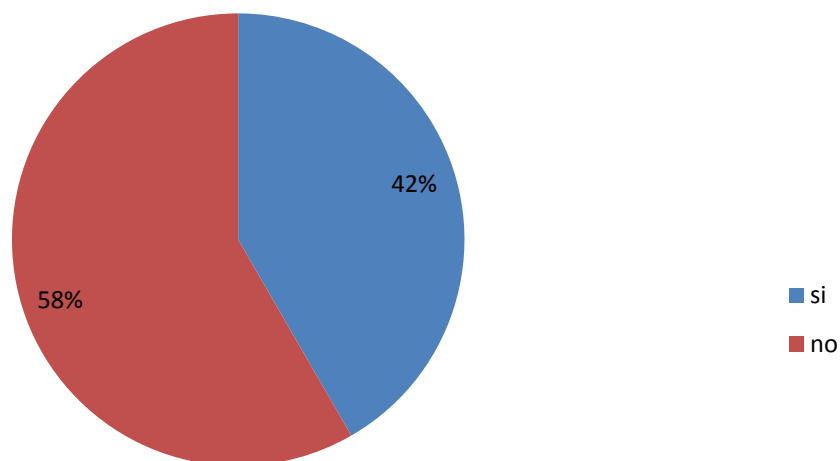


Figura 18: Juega con agresividad

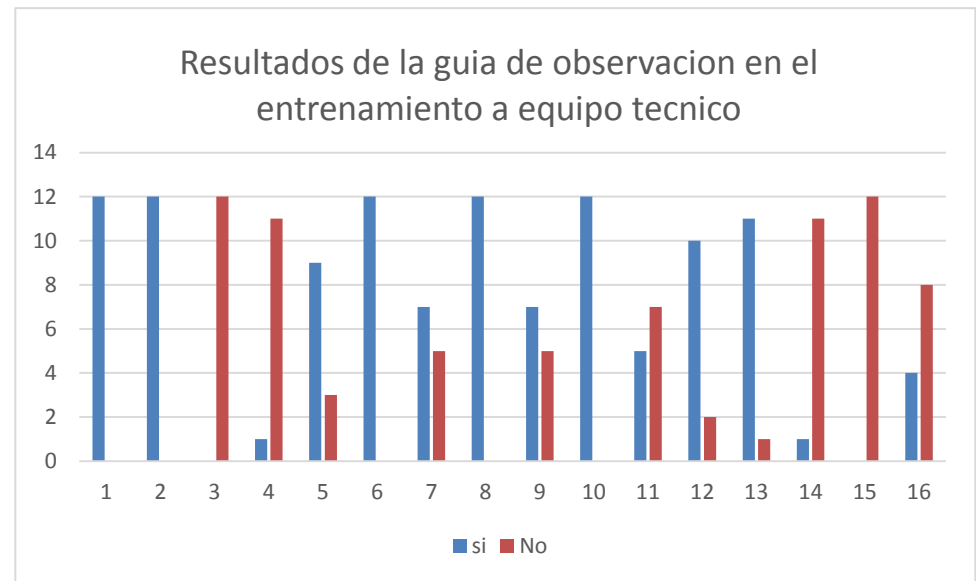
Análisis: en la figura 18 el 42% de los jugadores, juegan de manera agresiva, mientras que un 58% juega de manera pacífica.

### **Análisis e interpretación guías de observación a jugadores antes durante y después del juego.**

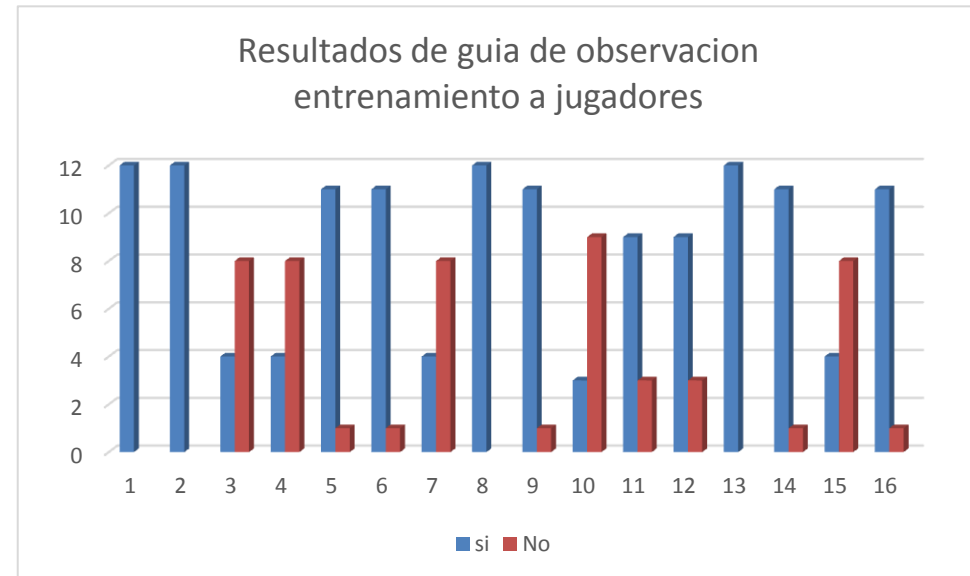
Con el 100% los jugadores y el cuerpo técnico se presentan de manera puntual, así como de manera limpia y ordenada, el 83% de los jugadores se observa que realizan movimientos repetitivos o nerviosos/ansiosos como un tic, el 67% de los jugadores se muestran concentrados antes del juego, el 67% también muestra una actitud positiva antes de entrar al partido, el 17% se muestran cansados antes del partido mientras que un 83% no se muestran cansados, solo el 42% de los jugadores trata de comunicarse antes de realizar alguna jugada en el partido mientras un 58% no lo hace, el 58% de los jugadores atiende las indicaciones o llamados del cuerpo técnico antes y durante el juego, solo con un 50% se realizan con precisión los pases mientras el otro 50% no lo hace, el 67% de los jugadores hace uso del lenguaje no verbal para comunicarse dentro de la cancha, el 100% si hace uso del lenguaje verbal, el 42% se observa concentrado durante el partido mientras que el 58% se muestra desconcentrado, el 50% de los jugadores se muestra solidario en el juego, mientras que el otro 50% juegan de manera más individualista, el 33% atiende indicaciones durante el juego mientras que el 67% no sigue indicaciones del Cuerpo técnico, el 42% de los jugadores se relaciona de manera adecuada con sus compañeros durante el juego, el 100% se muestra frustrado antes y durante un juego, el 58% de los jugadores golpean a los contrincantes, y el 58% juegan con agresividad en el partido.



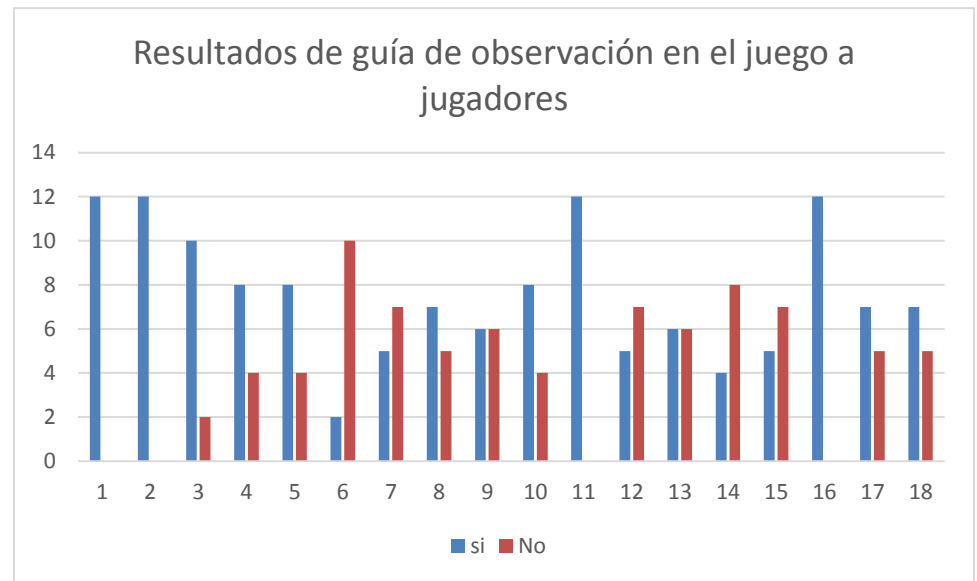
Resultados de guía de observación en el entrenamiento a equipo técnico		
Nº	si	No
1	12	
2	12	
3		12
4	1	11
5	9	3
6	12	
7	7	5
8	12	
9	7	5
10	12	
11	5	7
12	10	2
13	11	1
14	1	11
15		12
16	4	8



Resultados de guía de observación en el entrenamiento a jugadores		
Nº	Si	No
1	12	
2	12	
3	4	8
4	4	8
5	11	1
6	11	1
7	4	8
8	12	
9	11	1
10	3	9
11	9	3
12	9	3
13	12	
14	11	1
15	4	8
16	11	1



Resultados de guía de observación en el juego a jugadores		
Nº	Si	No
1	12	
2	12	
3	10	2
4	8	4
5	8	4
6	2	10
7	5	7
8	7	5
9	6	6
10	8	4
11	12	
12	5	7
13	6	6
14	4	8
15	5	7
16	12	
17	7	5
18	7	5



## **4.2 INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS OBTENIDOS EN LAS GUÍAS DE OBSERVACIÓN A CUERPO TÉCNICO Y JUGADORES**

Las técnicas de relajación y motivación no están presentes durante los entrenamientos por parte del cuerpo técnico, en su mayoría, los entrenamientos se ejecutan de manera ordenada, se hace buen uso del lenguaje no verbal durante los entrenamientos para comunicarse y transmitir indicaciones; el cuerpo técnico muestra concentración al momento de realizar los entrenamientos, el orden del grupo durante los entrenos tiende a mostrarse desordenado y no se explica la importancia de la realización de los ejercicios ejecutados en los entrenamientos. En su minoría, los jugadores no se comunican con el entrenador durante las jornadas de entrenamientos, cuando los jugadores no siguen las indicaciones no se hacen llamados de atención, los jugadores se comunican adecuadamente entre ellos, los jugadores no solicitan orientaciones para realizar otro tipo de actividades fuera del entrenamiento (ejercicios en casa, actividades de concentración, etc.), la mayoría de los jugadores realizan los entrenamientos por completo, una leve minoría se muestra cansado durante los entrenamientos, la mayoría de los jugadores se muestran concentrados durante la realización de las diferentes actividades de los entrenamientos. Solo una minoría realiza con precisión cada ejercicio en los entrenamientos, y se concluye con éxito cada jornada o sesión de entrenamiento. Los jugadores antes y durante un partido oficial muestran en su mayoría movimientos repetitivos o nerviosos/ansiosos como un tic; la concentración antes de un partido se evidencia en la mayoría de los jugadores, un poco más de la mayoría muestran una actitud positiva antes de un partido oficial, la mayoría de ellos no se muestran cansados o agotados antes de un partido, en su mayoría los jugadores no se comunican de manera adecuada antes de entregar el balón a alguno de sus compañeros, se atienden las indicaciones y orientación dadas por el cuerpo técnico durante el partido, no se implementa el lenguaje no verbal durante los partidos, se comunican a través de gritos. Durante el juego, pocos jugadores se muestran concentrados, existen muchas jugadas individualistas por parte de los jugadores, minimizando la solidaridad entre ellos durante el partido.

## ANÁLISIS Y RESULTADOS DE CUESTIONARIO

A continuación se presentan los resultados de cada una de las preguntas de cuestionario aplicada a los jugadores. Cada una de las figuras contiene un respectivo análisis y la interpretación se hace en base a las categorías contenidas en el cuestionario.

### Categoría de sentido de pertenencia (desde pregunta N° 1 a pregunta N° 4)

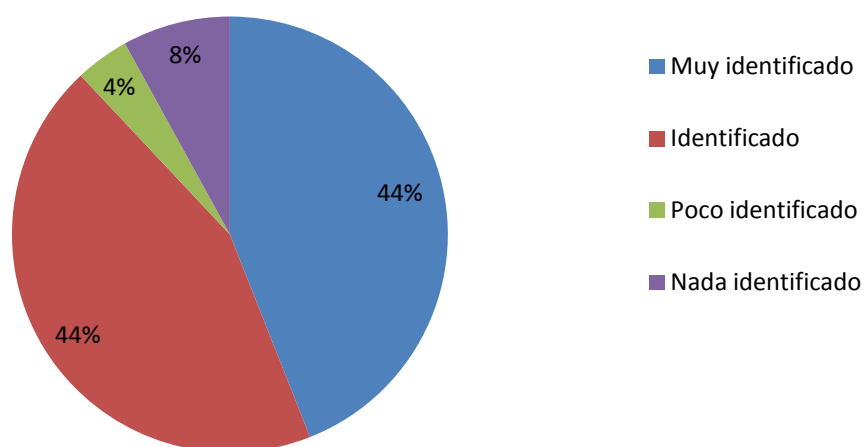


Figura 1: En la siguiente escala marque con una "X" ¿Que tan identificado se siente con el equipo de CD UES?

Análisis: Como se observa en la figura 1 correspondiente a la pregunta ¿Qué tan identificado se siente con el equipo de la UES? El 8% respondieron que nada identificado el 4% poco identificado mientras que el 44% de la muestra respondieron identificado y el 44% muy identificados.

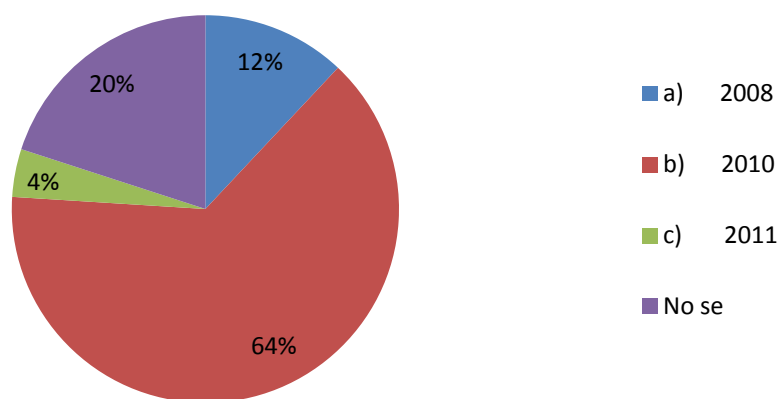


Figura 2: ¿En qué año ascendió a la categoría de primera división de futbol el equipo de Club Deportivo Universidad de El Salvador?

Análisis: Como se observa en la figura 2 correspondiente a la pregunta ¿en qué año ascendió a la categoría de primera división de futbol el equipo de club deportivo Universidad de El Salvador? El 4% respondieron que en el año 2011, el 12% de la muestra respondieron que en el año 2008, un 20% respondió no sé, y el 64% en el año 2010.

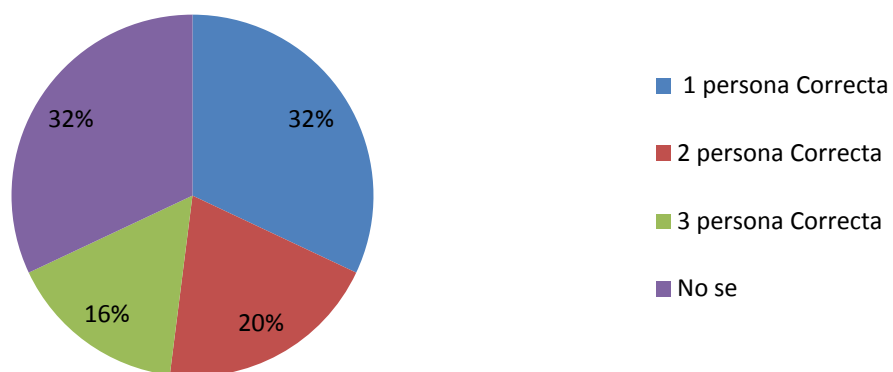


Figura 3: ¿Mencione tres jugadores famosos del equipo Club Deportivo Universidad de El Salvador a lo largo e su historia?

Análisis: Como se observa en la figura 3 correspondiente a la pregunta ¿Mencione tres jugadores famosos del equipo Club Deportivo Universidad de El Salvador a lo largo de su historia? El 32% respondieron que no se, un 32% una persona correcta, el 20% respondieron dos personas correctas el 16% tres personas correctas.

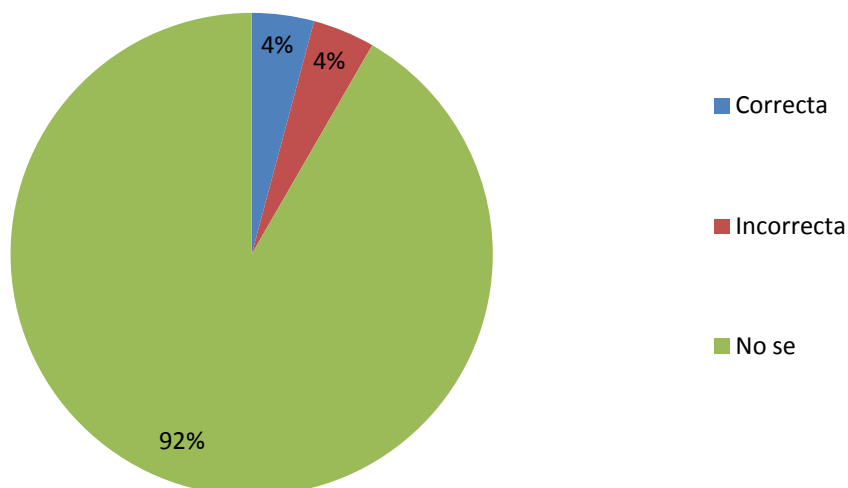


Figura 4: ¿En qué año se fundó el equipo club Deportivo Universidad de El Salvador?

Análisis: Como se observa en la figura 4 correspondiente a la pregunta ¿En qué año se fundó el equipo club Deportivo Universidad de El Salvador? El 12% respondieron que si mientras que el 4% de la muestra respondieron correctamente, un 4% incorrecta y un 92% respondieron no sé.

#### **Interpretación de categoría de sentido de pertenencia**

En el sentido de pertenencia los jugadores expresaron estar entre muy identificados a identificados con el quipo club UES, Sin embargo en las preguntas utilizadas para corroborar esta información los jugadores no contestaron de manera correcta lo que indica que no se les ha proporcionado la información acerca del equipo y de sus inicios, habiendo una excepción con uno de los jugadores que conocía la información del equipo, esto es importante porque entre más conocimiento que se tiene de un equipo mayor nivel de identificación y compromiso se encuentra en las personas.

### Categoría de preparación mental del juego (desde pregunta N°5 a pregunta N°6)

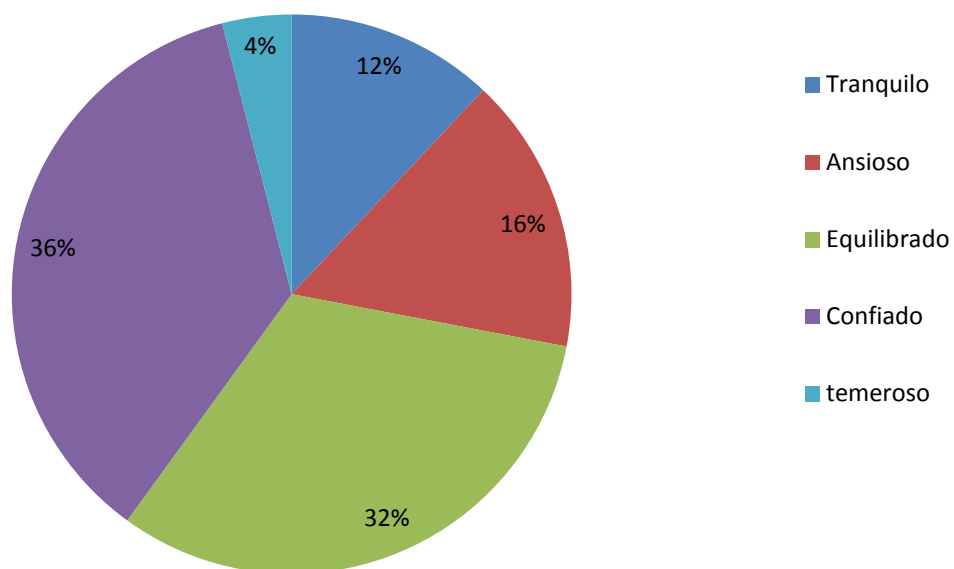


Figura 5: En el siguiente cuadro marque con una "X" ¿Cómo me siento antes del juego?

Análisis: Como se observa en la figura 5 correspondiente a la pregunta ¿En qué año se fundó el equipo club Deportivo Universidad de El Salvador? El 4% respondió temeroso, un 12% tranquilo, el 16% ansioso un 32% equilibrado y un 36% confiado respondieron que si mientras que el 88% de la muestra respondieron que no.



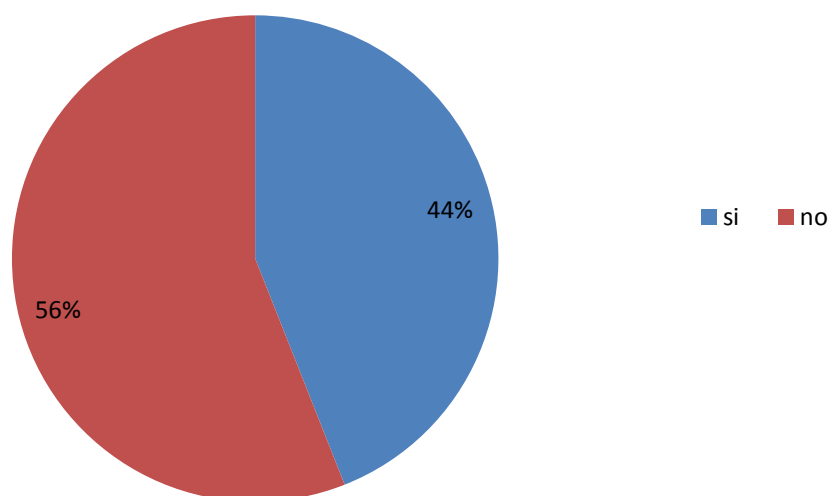


Figura 6: ¿Conoce algún tipo de ejercicio de respiración?

Análisis: Como se observa en la figura 6 correspondiente a la pregunta ¿conoce algún tipo de ejercicio de respiración? El 44% respondieron que si mientras que el 56% de la muestra respondieron que no.

### **Interpretación de categoría de preparación mental del juego**

Los jugadores manifestaban sentirse en su mayoría confiados previo al juego, otro sector de la población manifestaba sentirse equilibrado, sin embargo un porcentaje mínimo pero significativo expresó sentirse ansioso antes del juego. En cuanto al conocimiento que los jugadores tienen acerca de ejercicios de respiración, la mayoría de los jugadores expresaron no tener conocimiento alguno sobre el tema.

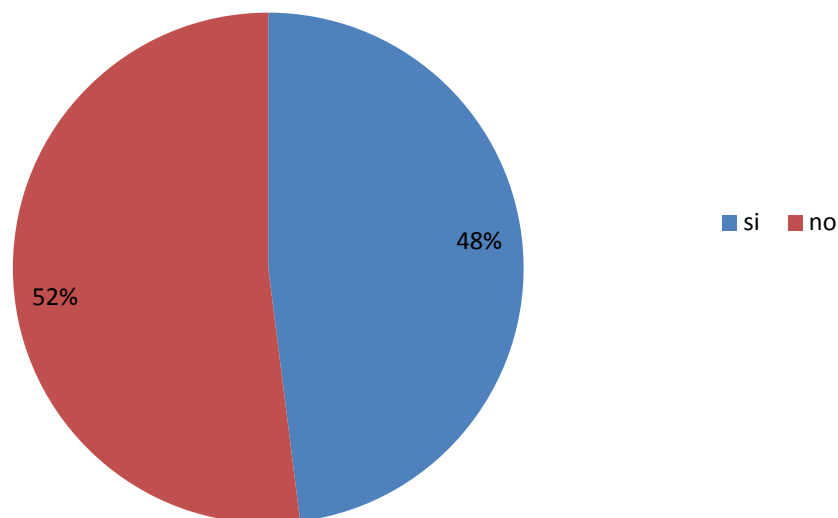
**Categoría de autocuidado (desde la pregunta N° 7 hasta la pregunta N° 9)**

Figura 7: ¿Mantiene relaciones sexo coitales 72 horas, antes de un parido?

Análisis: Como se observa en la figura 7 correspondiente a la pregunta ¿Mantiene relaciones sexo coitales 72 horas, antes de un parido? El 48% respondieron que si mientras que el 52% de la muestra respondieron que no.

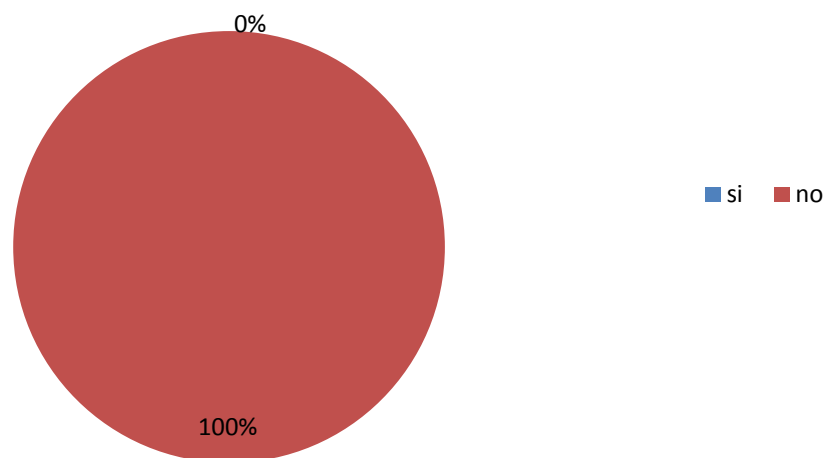


Figura 8: ¿Consume bebidas alcohólicas 72 horas antes de un partido?

Análisis: Como se observa en la figura 8 correspondiente a la pregunta ¿Consume bebidas alcohólicas 72 horas antes de un partido? El 0% respondieron que sí, el 100% de la muestra respondieron que no.

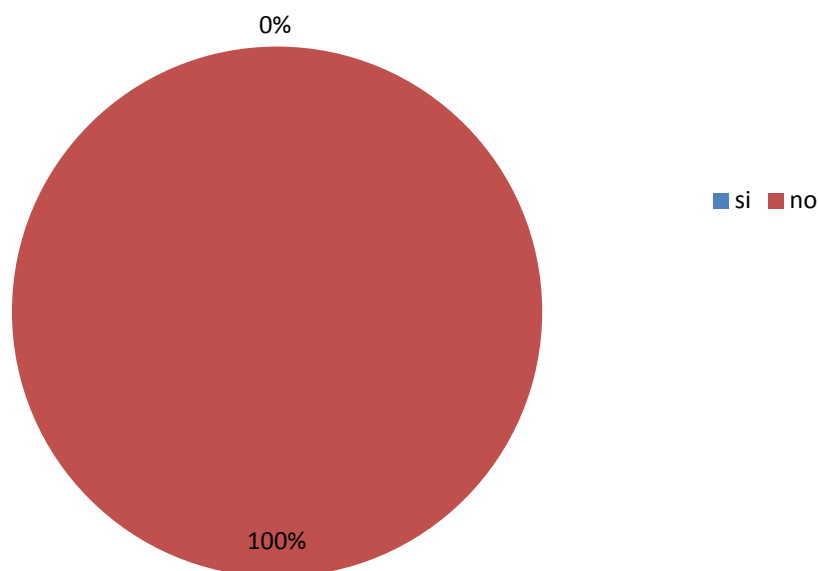


Figura 9: ¿usted fuma?

Análisis: Como se observa en la figura 9 correspondiente a la pregunta ¿usted fuma? El 0% respondieron que sí, el 100% de la muestra respondieron que no.

### **Interpretación de categoría de autocuidado**

En el área de autocuidado, específicamente en la práctica de relaciones sexo coitales, 72 horas previo a un partido, los jugadores respondieron a la interrogante con porcentajes similares, es decir algunos jugadores si mantienen relaciones sexo coitales previo al juego y otros jugadores deciden abstenerse de dicha práctica. Otra temática importante de esta categoría es el consumo de bebidas alcohólicas, 72 horas antes de un juego, a lo que los jugadores externaron en unísono no hacer uso de dichas bebidas; de igual forma manifestaron en su totalidad no tener la práctica de fumar.

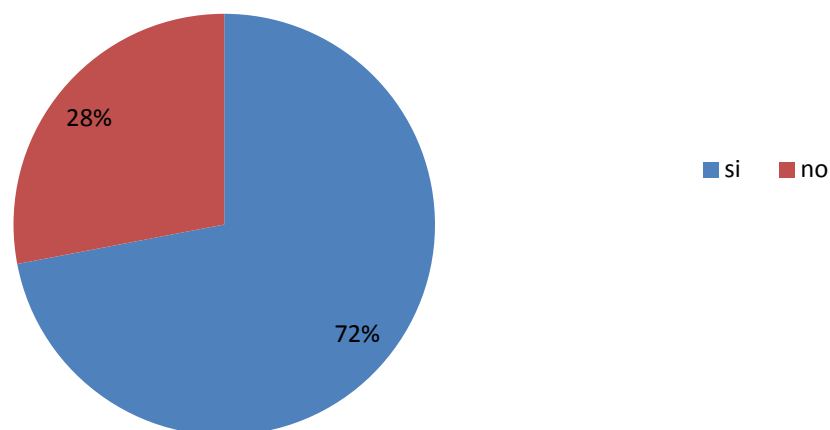
**Categoría de alimentación (desde la pregunta N°10 hasta la pregunta N°16).**

Figura 10: ¿Realiza sus tiempos de comida de manera puntual?

Análisis: Como se observa en la figura 10 correspondiente a la pregunta ¿Realiza sus tiempos de comida de manera puntual? El 72% respondieron que si mientras que el 28% de la muestra respondieron que no.

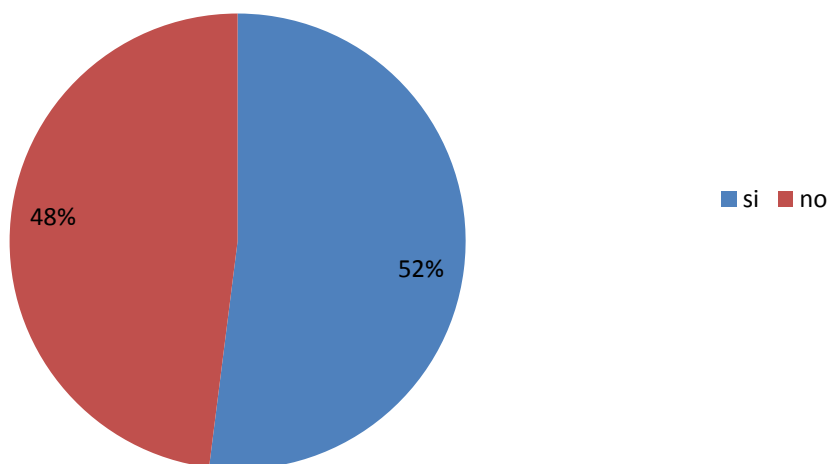


Figura 11: ¿Mantiene un regimen de dieta alimenticia?

Análisis: Como se observa en la figura 11 correspondiente a la pregunta ¿Mantiene un régimen de dieta alimenticia? El 52% respondieron que si mientras que el 48% de la muestra respondieron que no.

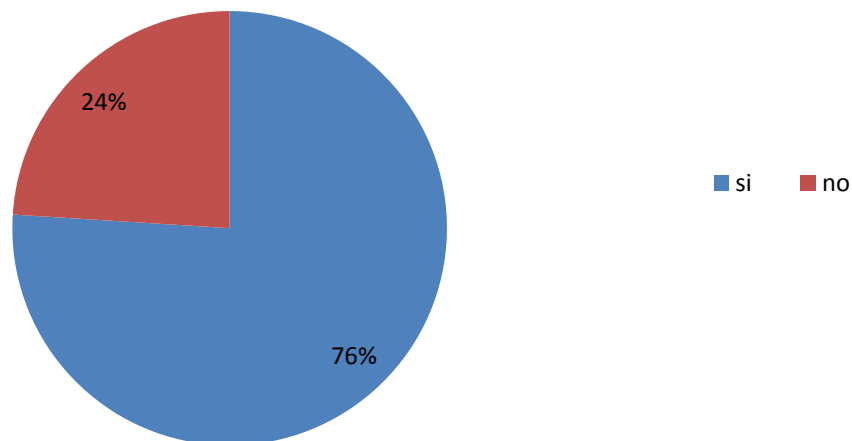


Figura 12: ¿Consumes vitaminas?

Análisis: Como se observa en la figura 2 correspondiente a la pregunta ¿Consumes vitaminas? El 76% respondieron que si mientras que el 24% de la muestra respondieron que no.

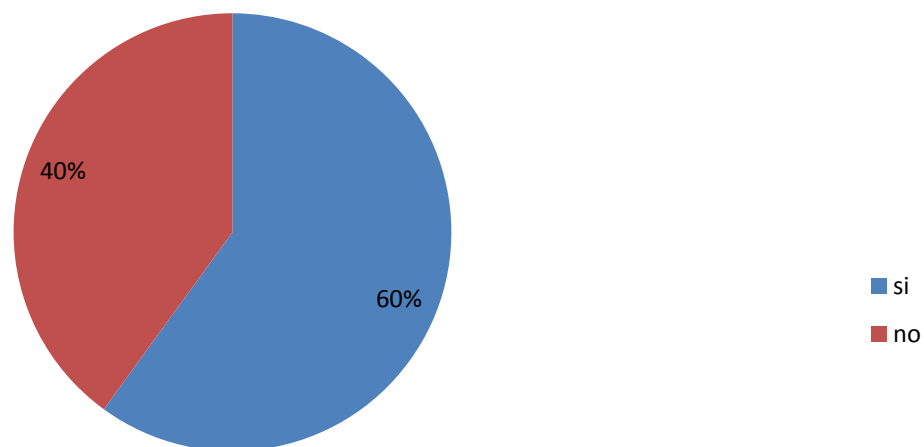


Figura 13: ¿Tiene establecido un horario de descanso y sueño?

Análisis: Como se observa en la figura 13 correspondiente a la pregunta ¿Tiene establecido un horario de descanso y sueño? El 60% respondieron que si mientras que el 40% de la muestra respondieron que no.

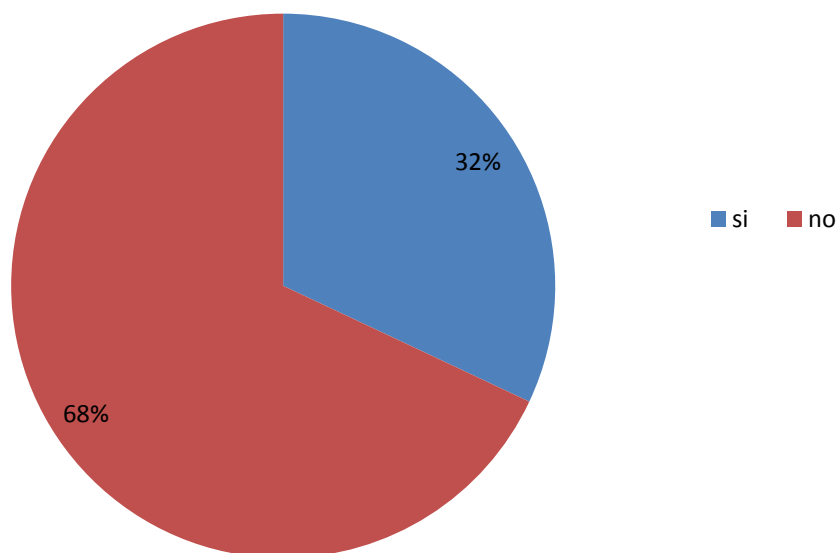


Figura 14: ¿Ingiere la cantidad de agua recomendada al día?

Análisis: Como se observa en la figura 14 correspondiente a la pregunta ¿Ingiere la cantidad de agua recomendada al día? El 12% respondieron que si mientras que el 88% de la muestra respondieron que no.

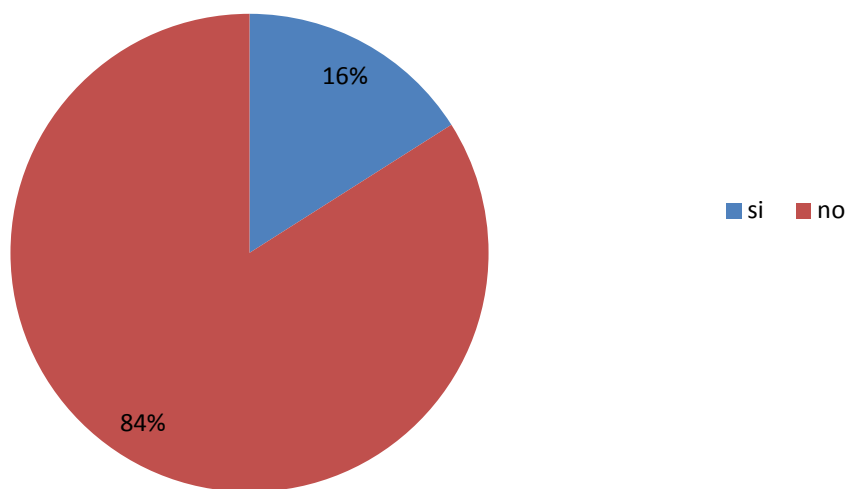


Figura 15: ¿Hace uso de bebidas energeticas?

Análisis: Como se observa en la figura 15 correspondiente a la pregunta ¿Hace uso de bebidas energéticas? El 16% respondieron que si mientras que el 84% de la muestra respondieron que no.

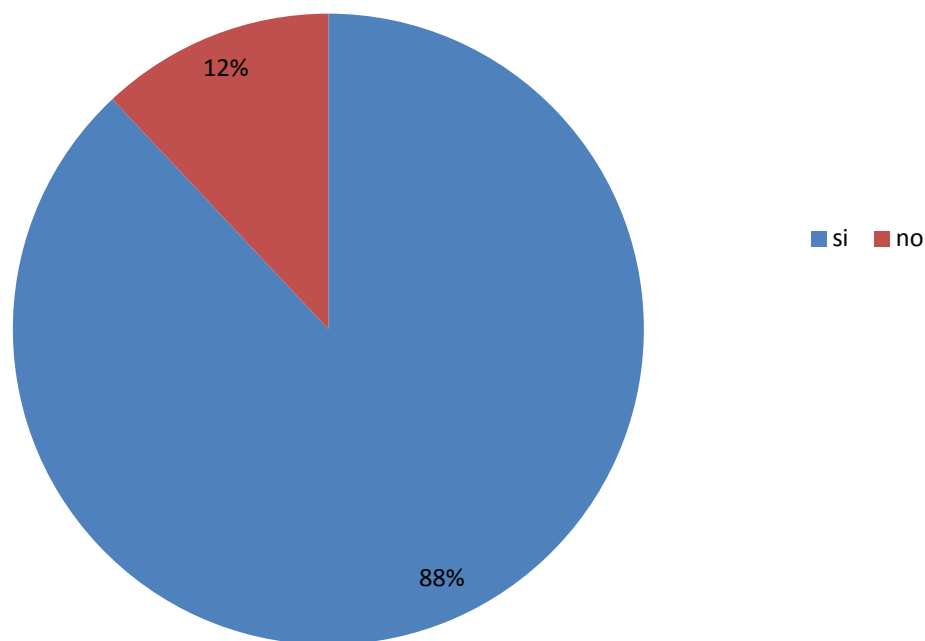


Figura 16: ¿Hace uso de bebidas hidratantes?

Análisis: Como se observa en la figura 16 correspondiente a la pregunta ¿Hace uso de bebidas hidratantes? El 12% respondieron que si mientras que el 88% de la muestra respondieron que no.

### **Interpretación de categoría de alimentación**

En cuanto a la alimentación, se puede concluir que los jugadores de CD UES mantienen horarios establecidos de alimentación, así como un régimen adecuado en la ingesta de alimentos, además de administración de vitaminas y un adecuado horario de descanso/sueño. En cuanto a las formas de hidratación, muchos de los jugadores desconocen cuanto es la cantidad adecuada que deben de ingerir de agua de acuerdo a su complejión física y la deshidratación provocada por los entrenamientos o juegos oficiales, todo esto a consecuencia de que no se posee un trabajo o supervisión de un especialista en nutrición.

**Categoría de estado físico y mental (desde pregunta N° 17 hasta pregunta N° 25)**

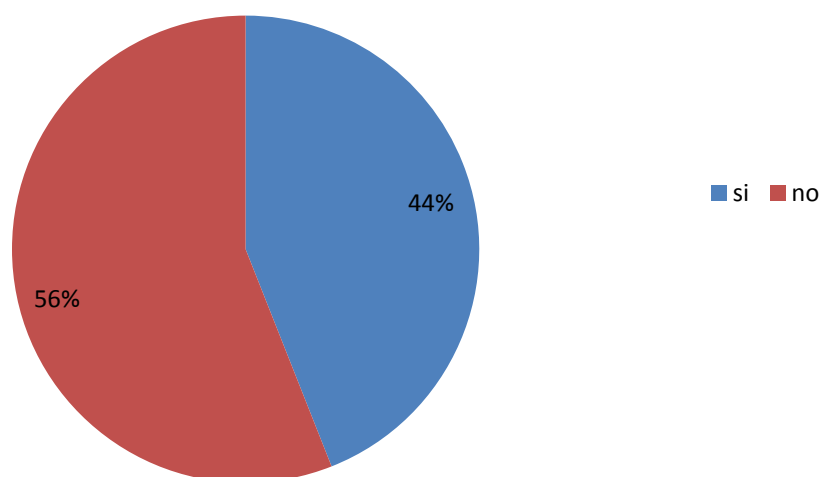


Figura 17: ¿Se mantiene en control médico?

Análisis: El 44% de los jugadores no se mantiene en control médico mientras que el 56% si se mantienen control médico como se puede observar en los resultados en la figura 17.

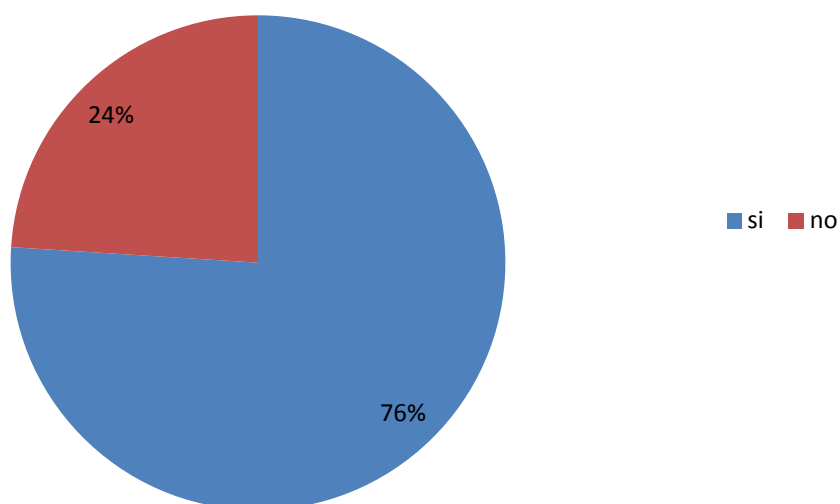


Figura 18: ¿se mantienen su peso ideal?

Análisis: Como se observa en la figura 18 correspondiente a la pregunta ¿se mantiene en su peso ideal? El 76 % afirman que si mientras que el 24% de la muestra respondieron que no.



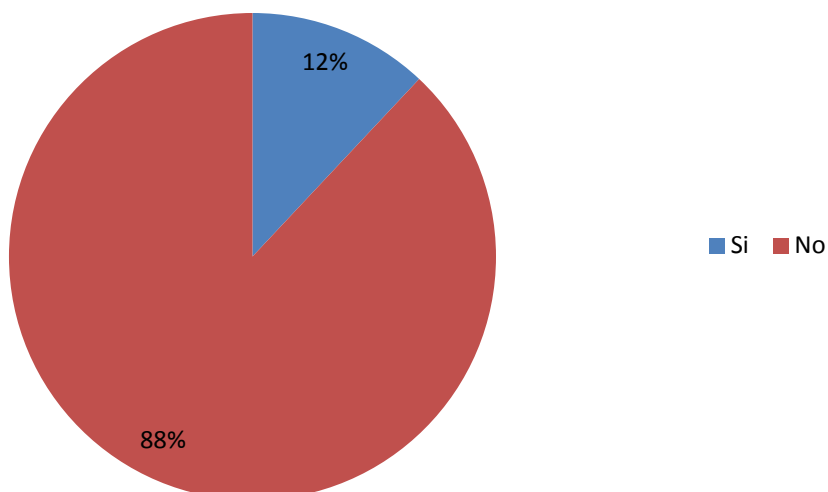


Figura 19: ¿Ha sido operado de alguna parte de su cuerpo?

Análisis: Como se observa en la figura 19 correspondiente a la pregunta ¿ha sido operado de alguna parte de su cuerpo? El 12 % responden que sí, mientras que el 88% de la muestra respondieron que no.

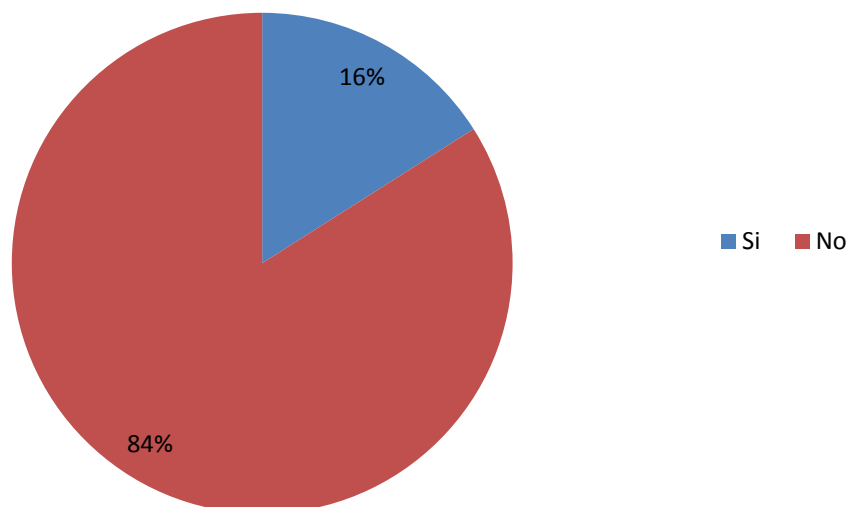


Figura 20: ¿Posee lesiones en alguna parte de su cuerpo?

Análisis: Como se observa en la figura 20 correspondiente a la pregunta ¿posee lesiones en alguna parte de su cuerpo? El 84 % respondieron que si mientras que el 16% de la muestra respondieron que no.

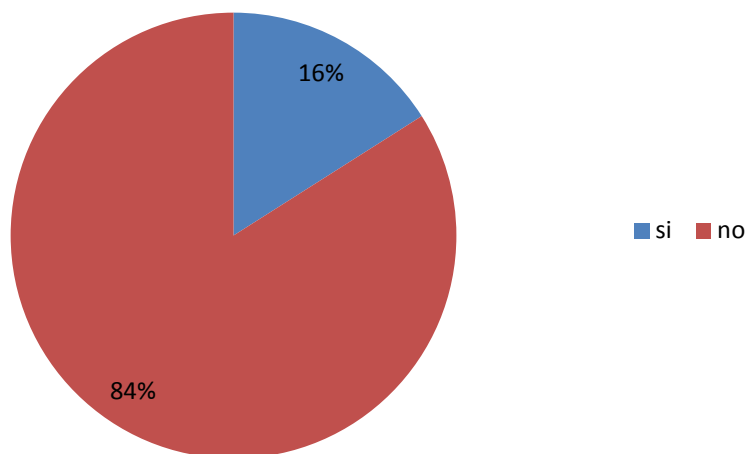


Figura 21: ¿Recibió terapia de recuperación?

Análisis: Como se observa en la figura 21 correspondiente a la pregunta ¿recibió terapia de recuperación? El 84 % respondieron que si mientras que el 16% de la muestra respondieron que no.

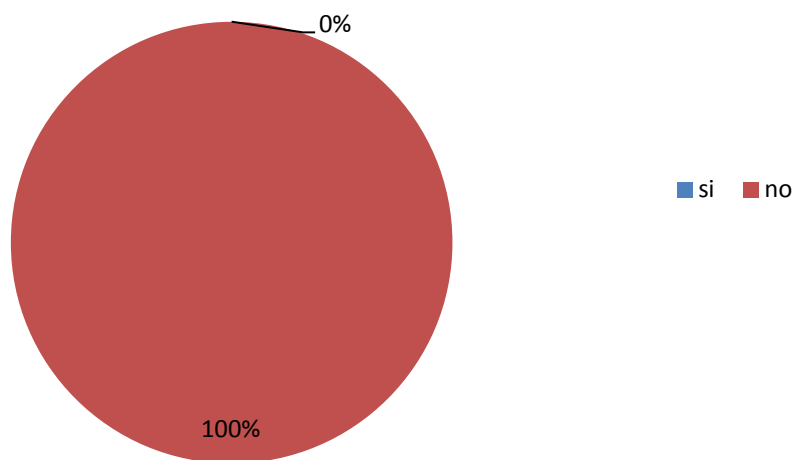


Figura 22: ¿Ha padecido alguna enfermedad grave: como lo son neumonía, bronquitis problemas cardiacos, hipertensión, zika, chikungunya diabetes entre otras?

Análisis: Como se observa en la figura 22 correspondiente a la pregunta ¿ha padecido alguna enfermedad grave: como lo son neumonía, bronquitis problemas cardiacos, hipertensión, zika, chikungunya diabetes entre otras? El 0% respondieron que si mientras que el 100% de la muestra respondieron que no.

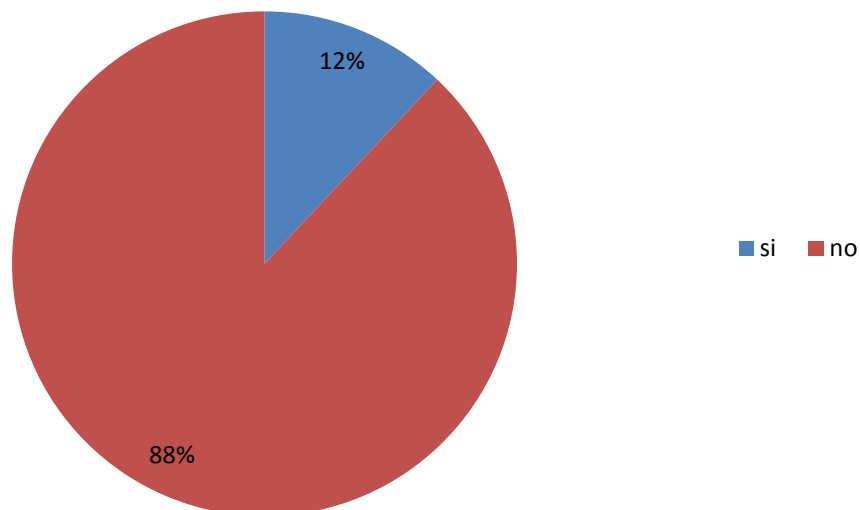


Figura 23: ¿Ha sufrido algún accidente automovilístico, caídas graves, entre otros?

Análisis: Como se observa en la figura 23 correspondiente a la pregunta ¿ha tenido accidente automovilístico caídas entre otros? El 12% respondieron que si mientras que el 88% de la muestra respondieron que no.

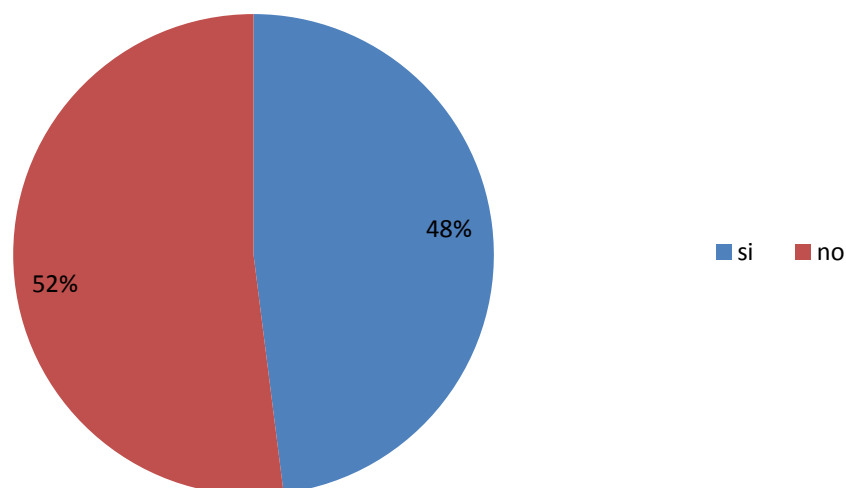


Figura 24: ¿Ha recibido terapia psicológica?

Análisis: Como se observa en la figura 24 correspondiente a la pregunta ¿ha recibido terapia psicológica? El 48% respondieron que si mientras que el 52% de la muestra respondieron que no.

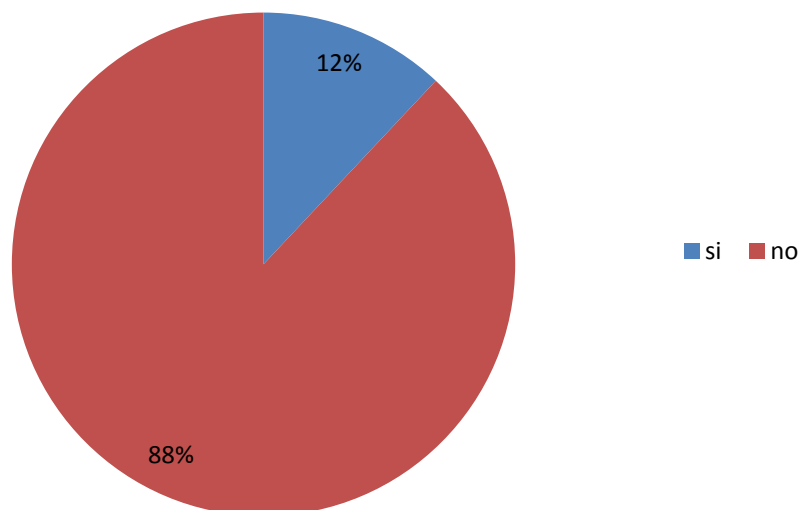


Figura 25: ¿Realiza ejercicio físico fuera del entrenamiento?

Análisis: Como se observa en la figura 25 correspondiente a la pregunta ¿realiza ejercicio físico fuera del entrenamiento? El 12% respondieron que si mientras que el 88% de la muestra respondieron que no.

#### **Interpretación de categoría de estado físico y mental.**

Los jugadores de CD UES, no mantiene un control médico externo al ofrecido dentro del equipo por lo que desconocen cómo se encuentra su salud física en general, las lesiones ocurridas en los jugadores han recibido la atención médica necesaria para la recuperación total de la lesión. La mayoría de los jugadores no hacen algún tipo de ejercicio físico fuera de las horas de entrenamiento del equipo, lo que determina que el entrenamiento en deportista de alto rendimiento no se está cumpliendo, ya que solo se entrenan dos horas de las cinco horas mínimas estipuladas.

**Categoría factores de preparación académica y profesionales (desde pregunta N° 26 hasta pregunta N° 30)**

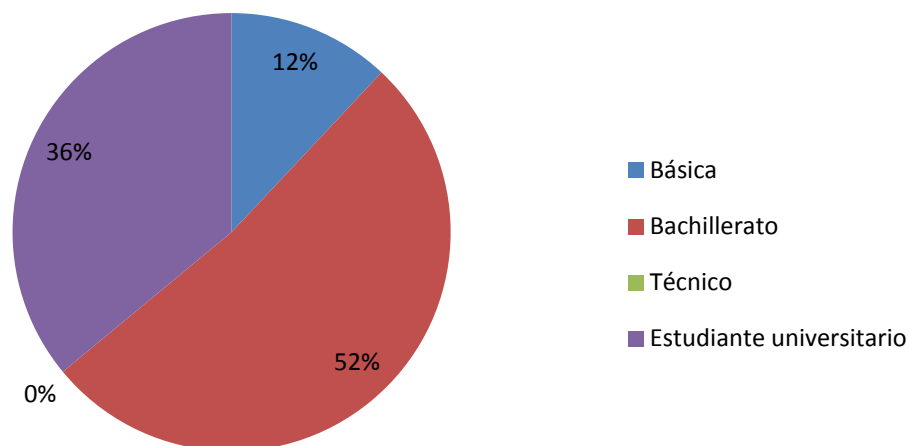


Figura 26: ¿Hasta qué nivel académico curso?

Análisis: Como se observa en la figura 26 correspondiente a la pregunta ¿Hasta qué nivel académico curso? El 12% respondieron básica, el 36% de la muestra nivel universitario el 52% bachillerato.

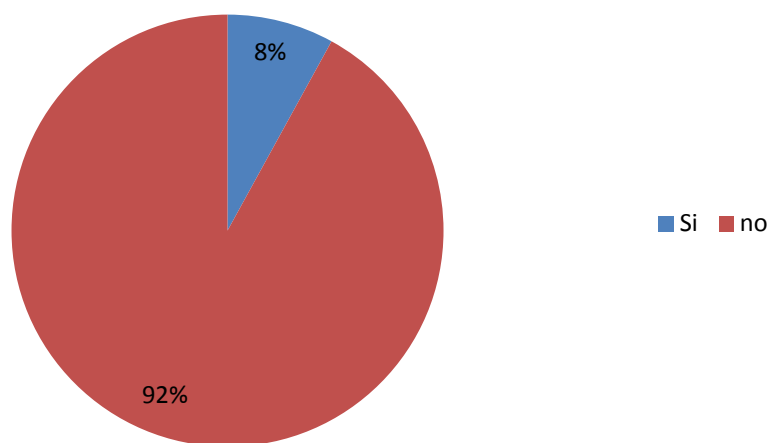


Figura 27: ¿Posee título universitario?

Análisis: Como se observa en la figura 27 correspondiente a la pregunta ¿Posee título universitario? El 8% respondieron que si mientras que el 92% de la muestra respondieron que no.

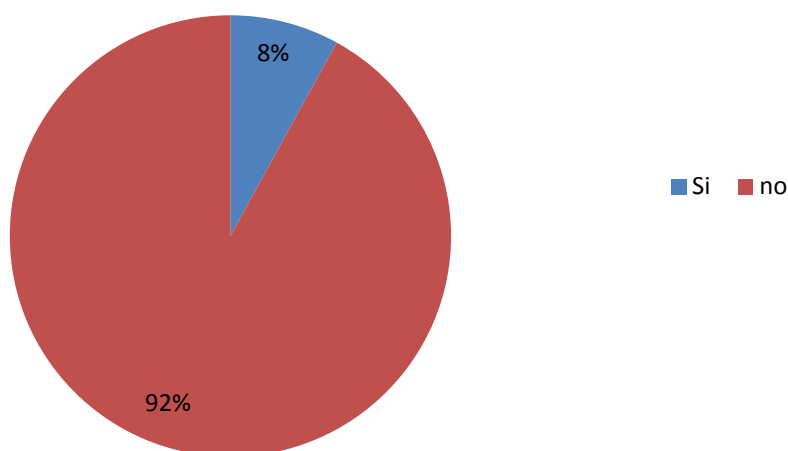


Figura 28: ¿Posee algún otro trabajo aparte de ser futbolista profesional?

Análisis: Como se observa en la figura 28 correspondiente a la pregunta ¿Posee algún otro trabajo aparte de ser futbolista profesional? El 8% respondieron que si mientras que el 92% de la muestra respondieron que no.

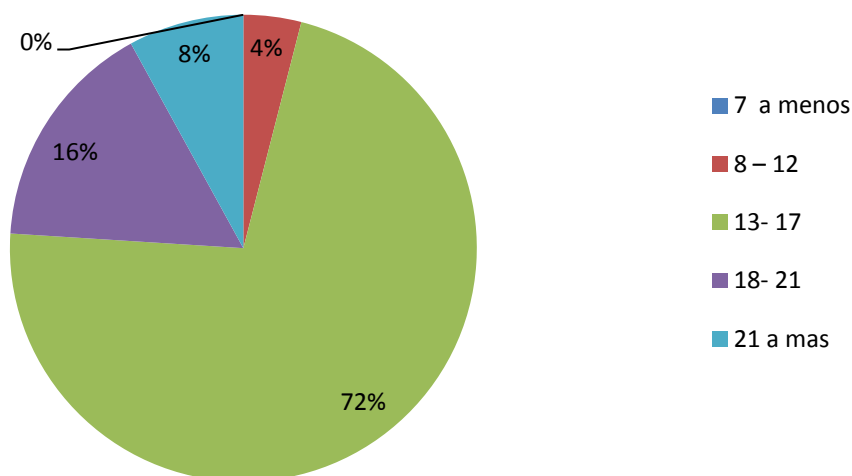


Figura 29: ¿A qué edad comenzó a jugar futbol como profesional?

Análisis: Como se observa en la figura 29 correspondiente a la pregunta ¿a qué edad comenzó a jugar futbol como profesional? El 0% pertenece a la categoría de 7 a menos, el 4% a la categoría de 8 a 12 años, el 72% pertenece a la categoría de rango de edades de 13 a 17 años, el 16% a la categoría de 18 a 21, y de la categoría de 21 a más el 8%.

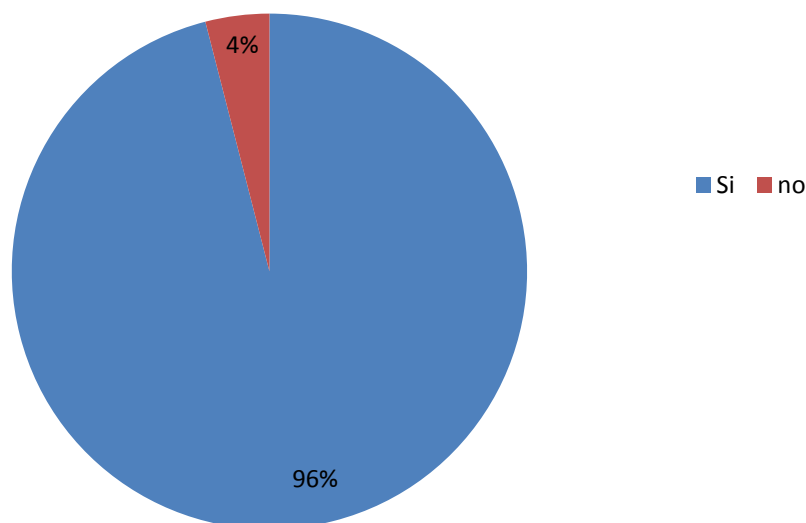


Figura 30: ¿Estuvo en algún club o equipo durante su niñez?

Análisis: Como se observa en la figura 30 correspondiente a la pregunta ¿Estuvo en algún club o equipo durante su niñez? El 96% respondieron que si mientras que el 4% de la muestra respondieron que no.

### **Interpretación de categoría de preparación académica y profesional**

Los jugadores manifestaron en su mayoría haber cursado hasta bachillerato, sin embargo un porcentaje menor al anterior mencionó ser estudiante universitario, además esto indica que la gran parte de la población no posee un título universitario. Otro aspecto importante de esta categoría es a qué edad los jugadores iniciaron a practicar futbol de manera profesional, a dicho aspecto la mayoría de jugadores manifestaron haber iniciado entre los 13 años y 17 años. Por otro lado una parte significativa de la población manifestó haber pertenecido a escuelas de futbol en su niñez.

### Categoría de relaciones interpersonales (desde pregunta N° 31 hasta pregunta N° 39)

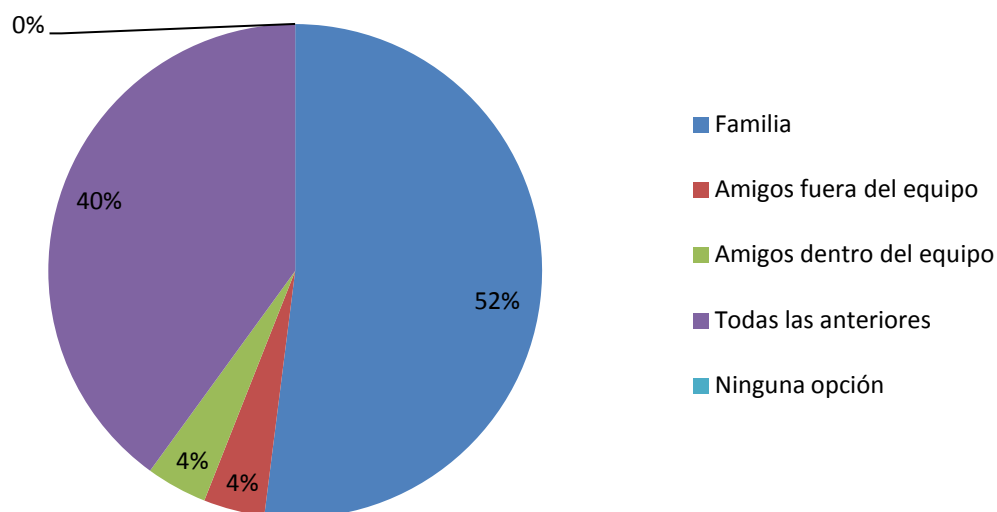


Figura 31: ¿Durante su tiempo libre lo comparte con...?

Análisis: Como se observa en la figura 31 correspondiente a la pregunta ¿durante su tiempo libre lo comparte con? El 4% respondieron amigos fuera del equipo otro 4% con amigos dentro del equipo un 40% todas las anteriores y un 52% familia.

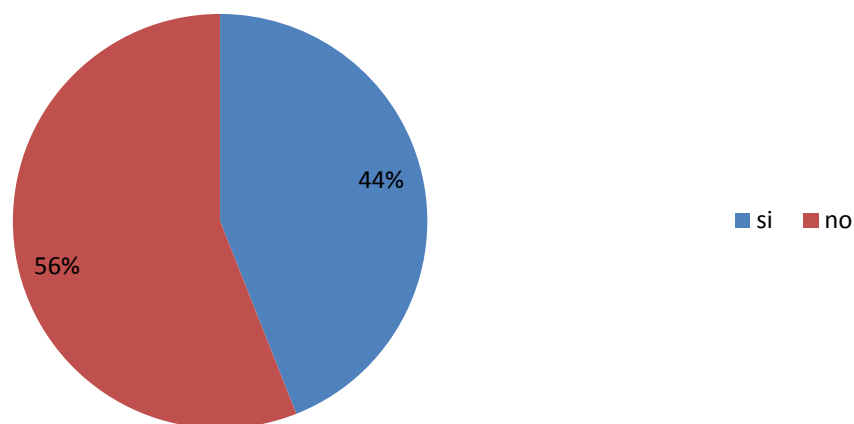


Figura 32: ¿Organiza o lo invitan a salidas con personas ajenas al equipo?

Análisis: Como se observa en la figura 32 correspondiente a la pregunta ¿organiza o lo invitan a salidas con personas ajenas al equipo? El 44% respondieron que si mientras que el 56% de la muestra respondieron que no.



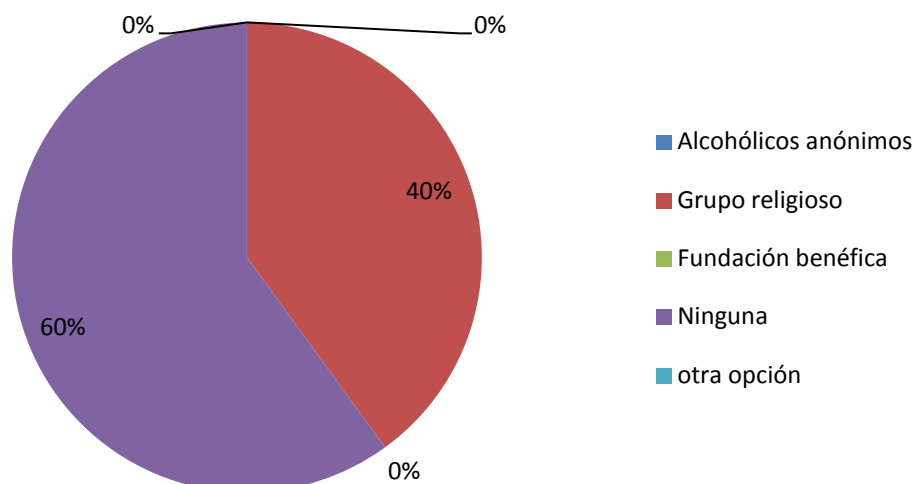


Figura 33: ¿usted asiste a algún grupo social?

Análisis: Como se observa en la figura 33 correspondiente a la pregunta ¿usted asiste algún grupo social? El 60% respondieron ninguna mientras que el 40% de la muestra respondieron un grupo religioso.

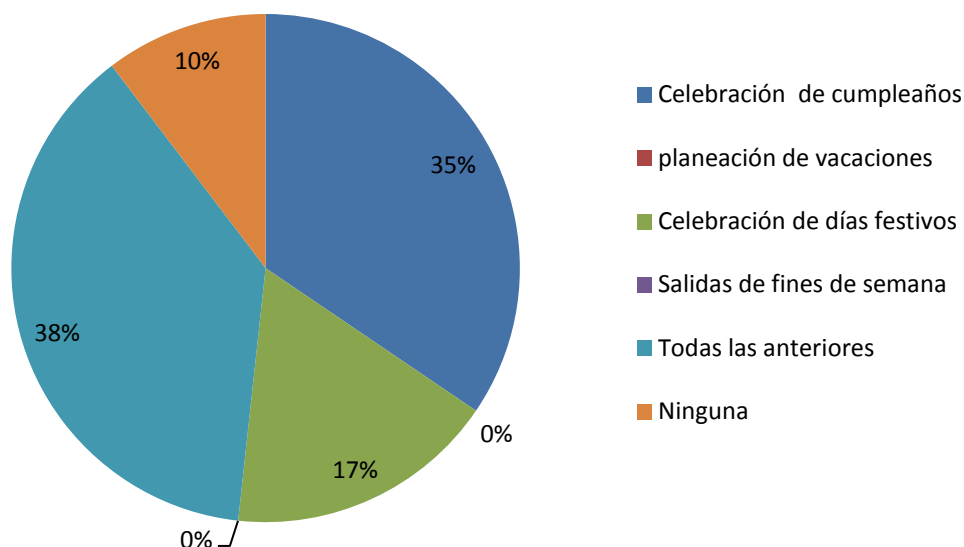


Figura 34: ¿En mi familia se acostumbra a realizar las siguientes actividades?

Análisis: Como se observa en la figura 34 correspondiente a la pregunta ¿En mi familia se acostumbra a realizar las siguientes actividades? El 10% ninguna el 17% celebración de días festivos, el 35% celebración de cumpleaños y el 38% todas las anteriores.

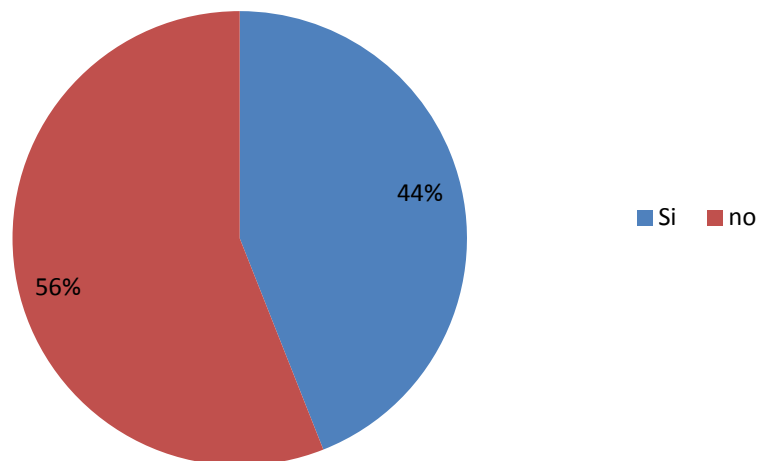


Figura 36: ¿Tiene hijos?

Análisis: Como se observa en la figura 36 correspondiente a la pregunta ¿Tiene hijos? El 44% respondieron que si mientras que el 56% de la muestra respondieron que no.

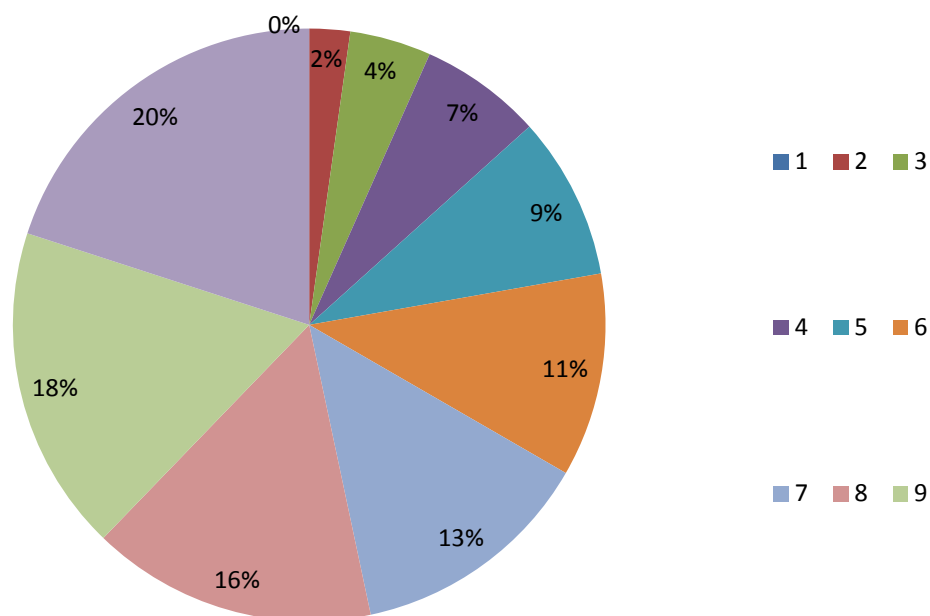


Figura 38 : ¿Cuántas personas viven con usted?

Análisis: Como se observa en la figura 38 correspondiente a la pregunta ¿Cuántas personas viven con usted? El 12% respondieron que si mientras que el 88% de la muestra respondieron que no.

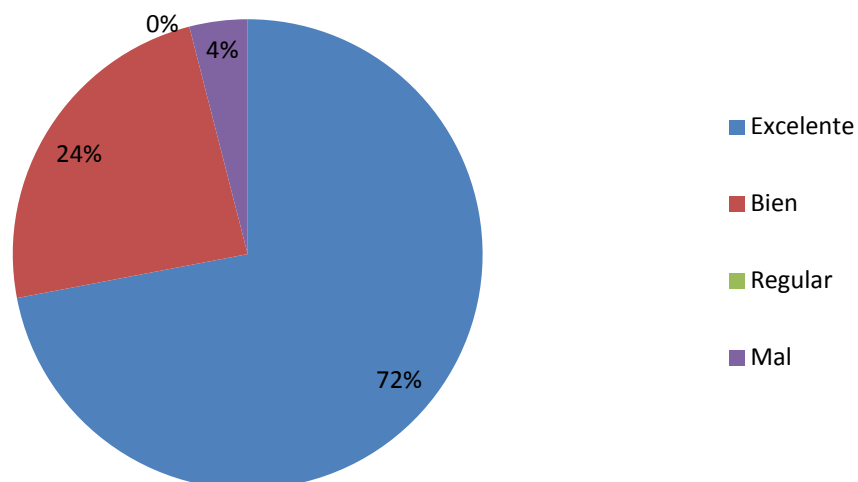


Figura 39: ¿Cómo es la relación con las personas que viven en la vivienda?

Análisis: Como se observa en la figura 39 correspondiente a la pregunta ¿Cómo es la relación con las personas que viven en la vivienda? El 12% respondieron que si mientras que el 88% de la muestra respondieron que no.

### **Interpretación de categoría de relaciones interpersonales**

La mayoría de los jugadores comparte su tiempo libre con su familia y el resto de la población de los jugadores con sus amigos dentro y fuera de equipo, los cuales plantean que mantienen entre excelentes a muy buenas relaciones entre ellos, existe una convivencia agradable entre los jugadores del equipo, la mayoría de los jugadores son padres de familia, se encuentran casados o acompañados, y asisten a grupo religiosos.

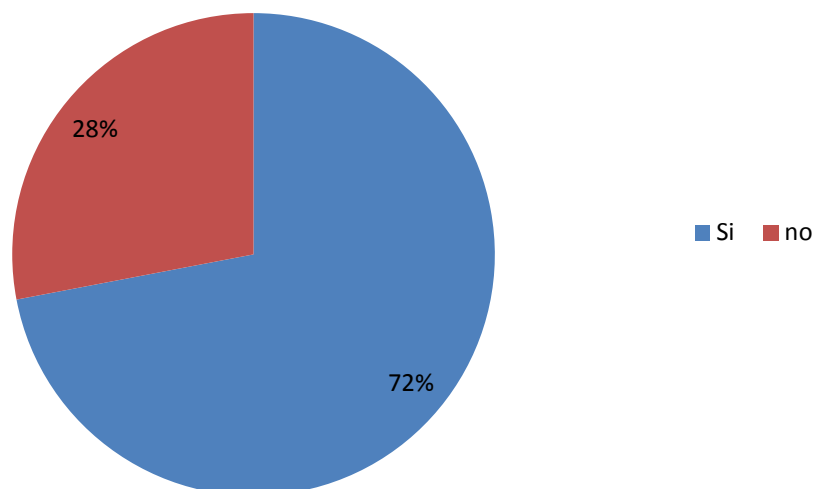
**Categoría factores económicos (desde pregunta N° 40 hasta pregunta N° 47)**

Figura 40: ¿Posee un fondo de retiro?

Análisis: Como se observa en la figura 40 correspondiente a la pregunta ¿Posee un fondo de retiro? El 72% respondieron que si mientras que el 28% de la muestra respondieron que no.

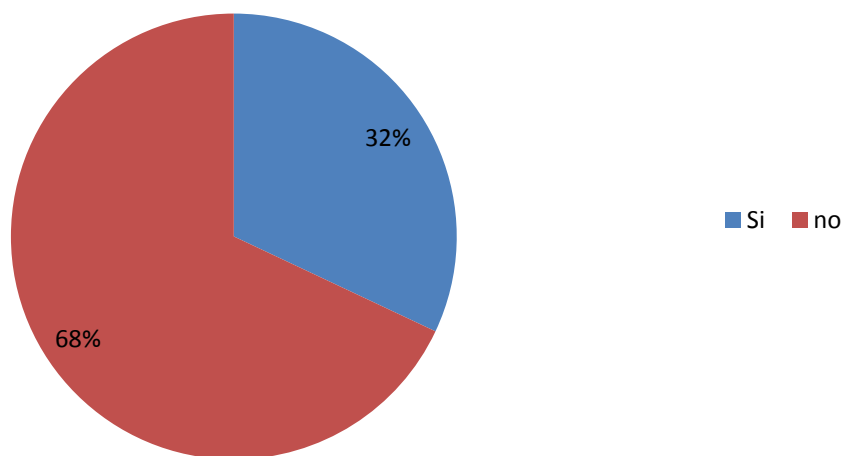


Figura 41: ¿Mantengo una buena administración de mi salario?

Análisis: Como se observa en la figura 41 correspondiente a la pregunta ¿Mantengo una buena administración de mi salario? El 32% respondieron que si mientras que el 68% de la muestra respondieron que no.

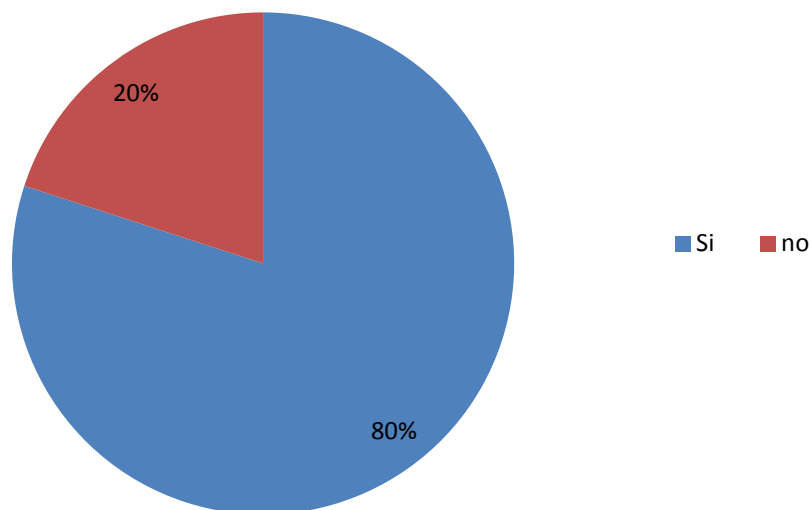


Figura 42: ¿Mantiene ahorros?

Análisis: Como se observa en la figura 42 correspondiente a la pregunta ¿Mantiene ahorros? El 80% respondieron que si mientras que el 20% de la muestra respondieron que no.

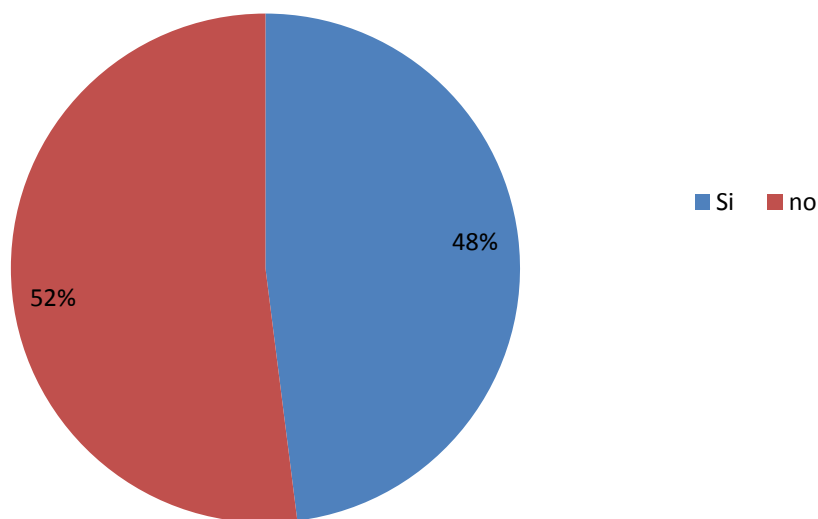


Figura 43: ¿Tiene deudas que puede saldar con facilidad?

Análisis: Como se observa en la figura 43 correspondiente a la pregunta ¿Tiene deudas que puede saldar con facilidad? El 48% respondieron que si mientras que el 52% de la muestra respondieron que no.

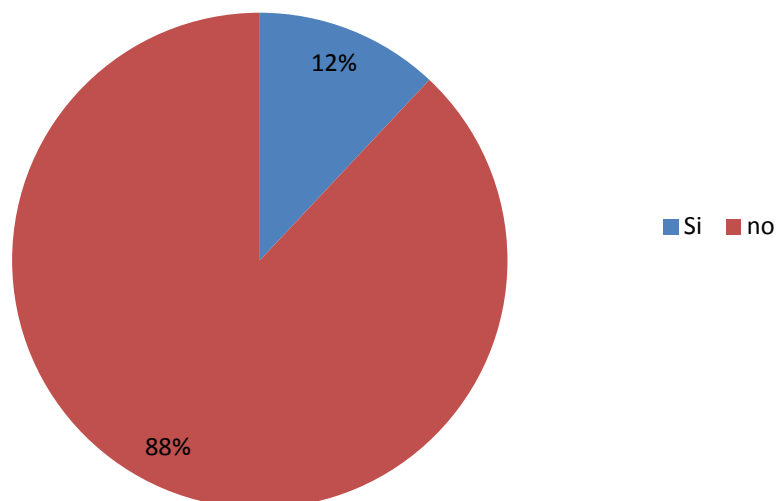


Figura 44: ¿Tiene deudas altas que en ocasiones lo perturban?

Análisis: Como se observa en la figura 44 correspondiente a la pregunta ¿Tiene deudas altas que en ocasiones lo perturban? El 12% respondieron que si mientras que el 88% de la muestra respondieron que no.

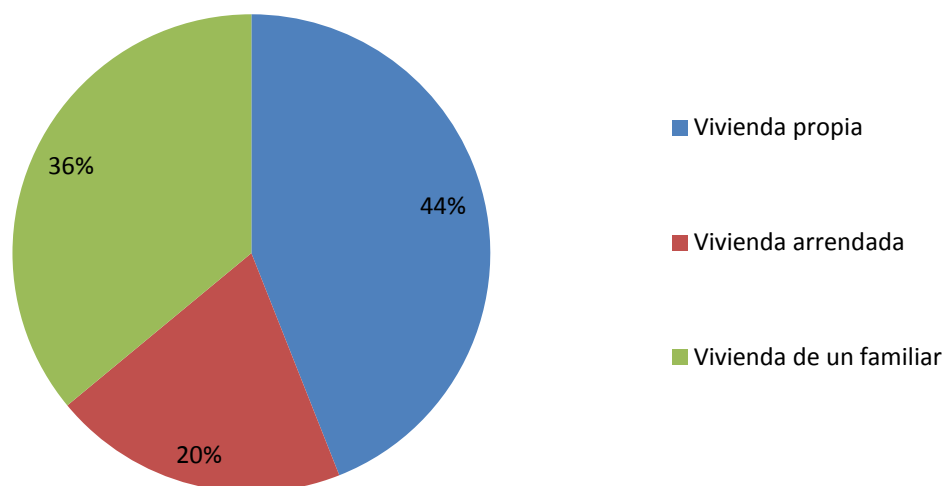


Figura 45: ¿Usted vive actualmente en...?

Análisis: Como se observa en la figura 45 correspondiente a la pregunta ¿Usted vive actualmente en? El 12% respondieron que si mientras que el 88% de la muestra respondieron que no.

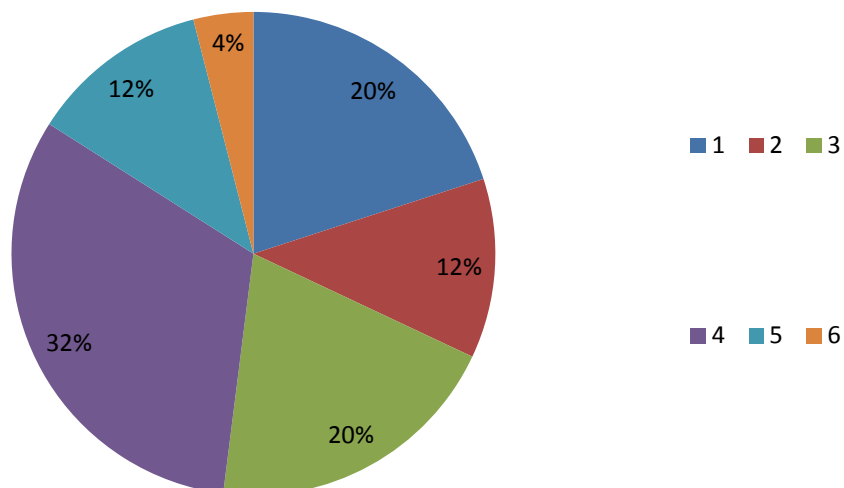


Figura 46: ¿Cuántas personas dependen económicamente de usted?

Análisis: Como se observa en la figura 46 correspondiente a la pregunta ¿Cuántas personas dependen económicamente de usted? El 20% respondieron que 0, el 12% que una personas, el 20% que dependen dos personas de ellas, el 32% que tres personas, el 12% que cuatro personas y el 4% que 5 personas.

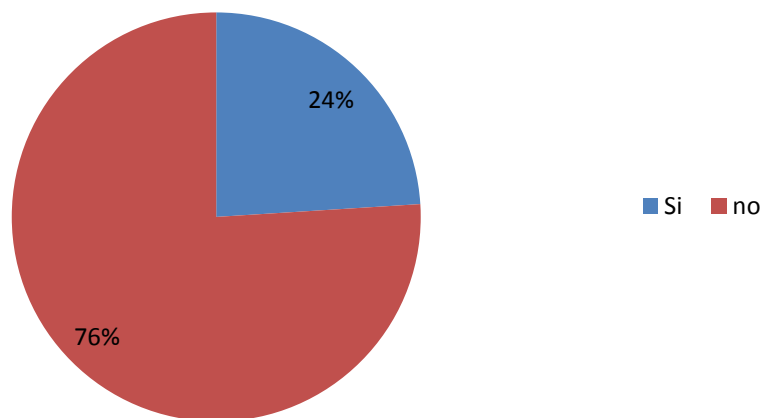


Figura 47: ¿Posee algún negocio propio?

Análisis: Como se observa en la figura 47 correspondiente a la pregunta ¿Posee algún negocio propio? El 24% respondieron que si mientras que el 76% de la muestra respondieron que no.

### **Interpretación de categoría de factores económicos**

Un factor importante en la vida de un deportista profesional es la administración de sus ingresos económicos, es por ello que se indagó en dicho factor. Los jugadores manifestaron una gran porcentaje poseer un fondo de retiro, sin embargo un porcentaje significativo expresó no tener una adecuada administración de su salario. Por otra parte, en su mayoría los jugadores externaron poseer ahorros. En cuanto a poseer deudas a saldar con facilidad, sus respuestas fueron equitativas, ya que una parte afirmó poseer deudas y otra parte negó poseer deudas. Además de ello, se les hacía la interrogante, si existían deudas que los perturbaran, a lo cual respondieron no poseer deudas con esa complejidad. Otro aspecto importante es en que calidad de vivienda ellos residen, a lo cual un buen porcentaje de la población afirmó vivir en casa propia y solo una minoría reside en casa arrendada. En otro rubro siempre de factor económico, se trasladaba la interrogante si poseían negocio propio, al lo cual la mayoría de sujetos externaba no poseer negocio propio. Otro dato importante es que los jugadores en su mayoría ser futbolista profesional es su único trabajo, lo cual indica ser la única fuente de ingresos, dicha información se ve ligada a otro aspecto, tal como la información de cuantas personas dependen económicamente de cada jugador, en este caso los jugadores manifestaban en un porcentaje significativo, que 4 personas dependen de ellos, otro porcentaje de igual forma significativa manifiesta que de 3 a 5 personas dependen de sus ingresos como jugadores profesionales de futbol.



### **4.3 INTERPRETACION DE RESULTADOS DE INSTRUMENTOS**

Las relaciones interpersonales de los jugadores de Club Deportivo Universidad de El Salvador mantienen relaciones interpersonales adecuadas con familiares, amigos y compañeros de equipo, sin embargo, se debe de mencionar que las relaciones interpersonales entre los jugadores y el cuerpo técnico se desarrolla de manera jefe-empleado, no se presentan relaciones interpersonales adecuadas que puedan desarrollar un mejor ambiente de trabajo del equipo. Es decir, que a nivel profesional, la sociabilidad es baja.

En cuanto al sentido de pertenecía, Club Deportivo Universidad de El Salvador presenta una deficiencia significativa, a pesar de que muchos afirman sentirse identificados con el equipo. Por lo que se puede inferir una falta de compromiso por parte de los integrantes del equipo universitario.

La preparación mental de los jugadores varía en el CD UES, ya que se manifiestan en algunos momentos ansiosos, estresados, temerosos, otras veces confiados y con actitudes positivas hacia el juego, pero no existen una preparación mental determinante que permita mantener un control sobre las emociones antes y durante un juego oficial. Además de la carencia de una adecuada educación psicológica para la preparación mental, como el ensayo cognitivo (técnicas de visualización), técnicas de relajación, técnicas de auto afirmaciones, entre otras técnicas psicológicas que podrían mejorar el control o preparación mental de los jugadores y el club en general.

El estrés, activación y la ansiedad, se manifiesta en niveles que dominan de manera inadecuada las conductas de los jugadores. Los niveles elevados o bajos de estos factores pueden influir para el éxito o fracaso en las competiciones, la dificultad de dicho factor es que los niveles altos o bajos son difíciles de determinar por lo que esto podría variar según el jugador, según las condiciones ambientales, el control emocional, el estado fisiológico y la competición en sí.

La dinámica, estructura, interacción y cohesión del grupo se caracteriza por ser un grupo cuidadoso, que no toma riesgos, un grupo que actúa con rapidez y energía, la comprensión y la tolerancia están presentes dentro de la dinámica del grupo. Las características de personalidad del grupo son similares, por lo que permite una adecuada cohesión de los miembros.

La autoestima del equipo, se manifiesta como una autoestima adecuada, dicho factor favorece el desarrollo de un rendimiento deportivo óptimo, a pesar de ello se debe de tener cuidado con este factor, ya que la sobrevaloración o autoestima elevado puede provocar una disminución en el rendimiento deportivo debido a que el grupo puede desarrollar falsas expectativas sobre sí mismos y sobre su propio nivel óptimo del rendimiento.

El factor de concentración es un factor que en el equipo se manifiesta de manera inadecuada, ya que muchos de los jugadores al momento del entreno o previo a un juego oficial se muestran distraídos, lo que podría no permitirles focalizar la atención de manera óptima y no ejecutar la tarea o la actividad de manera exitosa. Se debe de tener en cuenta que dentro del deporte del fútbol se debe de poner atención a varios factores como la ubicación de la pelota, atender los desplazamientos del oponente, atender los desplazamientos de los compañeros y las condiciones ambientales o atmosféricas.

Dados los factores psicosociales mencionados anteriormente, los cuales se manifiestan dentro del grupo de Club Deportivo Universidad de El Salvador, se infiere que el rendimiento deportivo del grupo está influenciado por la carencia de preparación mental, que incluye el manejo inadecuado de las emociones y sentimientos, así como una carencia del sentido de pertenencia e identificación con el equipo (falta de compromiso), por lo que surge la necesidad de contar con el apoyo de un psicólogo deportivo que ayude a minimizar los factores psicosociales que están influyendo de manera inadecuada en el rendimiento deportivo de Club Deportivo Universidad de El Salvador.

## CAPITULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

### CONCLUSIONES

- Ψ Los factores psicosociales que se presentan con mayor frecuencia en los jugadores del Club Deportivo Universidad de El Salvador son falta de sentido de pertenencia, carencia de preparación mental, falta de concentración, falta en control del manejo de estrés, ansiedad y activación; los factores psicosociales favorables que presentan los jugadores del equipo son autoestima, relaciones interpersonales, cohesión y dinámica del grupo, lo que permite adecuadas relaciones interpersonales entre los jugadores.
  
- Ψ El factor que más incide en el rendimiento deportivo del futbolista es la falta de sentido de pertenencia, debido a que este factor es determinante para el desarrollo del nivel de identificación con el equipo y la institución, dicho factor abona al desempeño deportivo de los jugadores y a la responsabilidad con equipo.
  
- Ψ Otro factor incidente es la falta de preparación mental con el no uso de técnicas de visualización que perjudican el rendimiento deportivo de los futbolista elevando los índices de ansiedad y la falta evitación de pensamientos negativos que en muchas ocasiones pueden llegar a desarrollar pensamientos derrotistas y conformistas.
  
- Ψ La excesiva autoconfianza en algunos jugadores del equipo influyen de manera negativa en la integración, cohesión y trabajo de equipo dentro del club universitario.
  
- Ψ La falta de una focalización adecuada en los jugadores del club universitario, antes y durante un partido oficial, incide en la concentración durante el juego, lo que permite desarrollar un foco atencional inadecuado y la ejecución de la terea puede no alcanzarse con éxito.

## RECOMENDACIONES

- Ψ Al Club Deportivo Universidad de El Salvador y al cuerpo técnico del equipo, implementar la preparación psicológica que va dentro de los elementos del rendimiento deportivo adecuado, ejercicios que permitan el desarrollo del entrenamiento cognitivo y emocional en los jugadores del Club, tener en cuenta que parte de ser un equipo con alto rendimiento, es necesario abordar las actividades físicas así como la capacidad del desarrollo mental en los jugadores y el cuerpo técnico.
  
- Ψ A los dirigentes del equipo, utilizar los recursos humanos que la misma institución forma. permitir el acceso del desarrollo de un área de psicología del deporte, ya que esto, es fundamental para colaborar en el desarrollo de un rendimiento deportivo óptimo en los jugadores del club que dirigen, y así, no solo mejorar al club universitario, sino ser pioneros nacionales en la implementación de la psicología en el deporte.
  
- Ψ Se recomienda, con base a la investigación realizada, desarrollar o implementar capacitaciones en Outdoor Training o Talleres experienciales, que puede beneficiar en la integración del equipo con el cuerpo técnico, cohesión del grupo, sentido de pertenencia, empatía, relaciones interpersonales, autoestima, manejo de las emociones, perseverancia y tolerancia a la frustración.
  
- Ψ Así como se recomienda, la creación de manuales de bienvenida, lo que permita tanto a los jugadores como los empleados del equipo, sentirse identificados y crear el sentido de pertenencia a través de un manual que permita conocer la historia del club, los hechos más importantes y algunas normas o reglamentos que rige la institución y el equipo en sí.

## REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

Cruz, J. (1997). *Los antecedentes inmediatos de la Psicología del Deporte*. España.

Lorenzo, J. (1997). *Psicología del deporte*. Madrid, España.

López García, E. y Garcés, E. (2002). *Desarrollo histórico de la psicología del deporte*. Murcia, España.

Weinberg, R. S. y Gould, D. (1996). *Fundamentos de psicología del deporte y el ejercicio físico*. Barcelona, España. Ariel Psicología.

Guevara, M. E. (2012). *Programa de intervención psicológica para atletas de alto rendimiento en categoría CODICADER del Instituto Nacional de los Deportes*. San Salvador, El Salvador.

Canjura, O. (2000). *Historia de Club Deportivo Universidad de El Salvador*. San Salvador, El Salvador.

Carrasco Bellido *et al.* (n.d.). *Psicología del Deporte*. Universidad Politécnica de Madrid, España.

Dosal Ulloa, R. (2006). *El fútbol: un juego de identidad*. Buenos Aires, Argentina. Revista Digital N° 92.

González, L.G. (2001). *Importancia del stress como objeto de estudio en psicología del deporte*. Revista Digital N° 36.

Marin, A. N. (2009). *Autoconfianza y deporte*. Buenos Aires, Argentina. Revista Digital N° 128.

Martínez Sanz, J. M. (2012). *Indicadores del rendimiento deportivo: aspectos psicológicos, fisiológicos, bioquímicos y antropométricos*. Buenos Aires, Argentina. Revista Digital N° 173.

Morilla, M. (1994). *El papel del entrenador en la motivación deportiva*. España. Revista Digital N° 60.

Romero, D. N. (2005). *La importancia de la fortaleza en los deportes*. Buenos Aires, Argentina. Revista Digital N° 90.

Vidaurreta Bueno, R. R. (2011) *Concepto de rendimiento en competición para el tiro deportivo*. Buenos Aires, Argentina. Revista Digital N° 152.

Historia del Futbol (n.d.) <http://www.fifa.com>

Historia del futbol salvadoreño (n.d.) <http://www.fesfut.com>

Papel del Psicólogo en el Deporte. (2005) <http://www.efdeportes.com>

# ANEXOS



UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR  
FACULTAD DE CIENCIAS Y HUMANIDADES  
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA



### I. Datos Generales

Código: \_\_\_\_\_ Edad: \_\_\_\_\_

Peso en libras: \_\_\_\_\_ Altura en metros: \_\_\_\_\_

Fecha de la aplicación del cuestionario: \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

Estado civil: \_\_\_\_\_

### II. Cuestionario

**Indicaciones:** A continuación se le presenta una serie de preguntas, las cuales se le pide que conteste con honestidad, marcando con una “X” con la respuesta que más se identifique.

#### Categoría alimentación

1. ¿Se mantiene en control médico?  
Si  No
2. ¿Se mantiene en su peso ideal?  
Si  No
3. ¿Realiza sus tiempos de comida de manera puntual?  
Si  No
4. ¿Mantiene un régimen de dieta alimenticia?  
Si  No
5. ¿Realiza ejercicio físico fuera de su jornada de entrenamiento?  
Si  No
6. ¿Tiene establecido un horario de descanso y sueño?  
Si  No  Cuánto tiempo duerme? \_\_\_\_\_ Horas.
7. ¿Ingiere la cantidad de agua recomendada? (10 vasos de agua al día)



Si  No  ¿Qué cantidad vasos (8 oz)? \_\_\_\_\_

8. ¿Hace uso de bebidas energéticas?

Si  No  Si respondió que “sí”, ¿Cuáles son estas bebidas?:

---

9. ¿Hace uso de bebidas hidratantes?

Si  No  Si respondió que “sí”, ¿Cuáles son estas bebidas?:

---

### Categoría de sentido de pertenencia

10. En la siguiente escala marque con una “X”, ¿Qué tan identificado me encuentro con el equipo de la UES?

Nada identificado	
Poco identificado	
Identificado	
Muy identificado	

11. ¿En qué año ascendió a la categoría de primera división de fútbol el equipo de Club Deportivo Universidad de El Salvador?

a) 2008  b) 2010  c) 2011

12. Mencione tres jugadores famosos del equipo Club Deportivo Universidad de El Salvador a lo largo de su historia.

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

13. ¿En qué año se fundó el equipo de fútbol de Club Deportivo Universidad de El Salvador?: \_\_\_\_\_

### Categoría preparación mental de juego

14. En el siguiente cuadro marque con una “X” como me siento antes del juego. (Puede marcar más de una categoría).

Me siento:	Muy	Poco	Nada
Tranquilo, relajado y calmado.			
Ansioso, angustiado e inquieto.			
Equilibrado, un estado en el cual siento que tengo distintas sensaciones físicas y psicológicas pero me mantengo en control.			
Confiado en mis habilidades y en las de las personas que me acompañan en el juego.			
Temeroso de no poder cumplir con mis expectativas ni la de mis compañeros o cuerpo técnico.			

15. ¿Conoce algún tipo de ejercicio de respiración?

Si  No  ¿Cuáles son esos ejercicios?: \_\_\_\_\_

¿Los realiza? Si  No

¿Con que frecuencia los realiza?:

Todos los días	
Una vez al día	
Dos veces al día	
Tres o más veces al día	
Dos días a la semana	
Tres días a la semana	
Solamente antes de un partido	

16. ¿Mantiene relaciones sexo coitales antes de un partido?

Si  No

a) 1 día antes del juego:

b) 2 días antes del juego:

c) 3 días antes del juego:

17. Consumo bebidas alcohólicas antes de un partido

Si  No

a) 1 día antes del juego:

b) 2 días antes del juego:

c) 3 días antes del juego:

18. ¿Usted fuma?

Si  No  ¿Con qué frecuencia?: \_\_\_\_\_

¿Qué cantidad total en un día de cigarrillos consume?: \_\_\_\_\_

### Categoría relaciones interpersonales.

19. Durante su tiempo libre, lo comparte con:

Familia	
Amigos fuera del equipo	
Amigos dentro del equipo	
Todas las anteriores	

20. ¿Organiza o lo invitan a salidas con persona ajenas al equipo?

Si  No  ¿Cada cuanto?: \_\_\_\_\_

21. ¿Usted asiste algún grupo social tales como?: (puede marcar más de una opción)

- a) Alcohólicos anónimos
- b) Grupo religioso
- c) Fundación benéfica

22. En mi familia se acostumbra realizar las siguientes actividades.

Celebración de cumpleaños	
Planeación de vacaciones	
Celebraciones en días festivos	
Salidas los fines de semana	
Todas las anteriores	

23. Su estado familiar actualmente es:

- a) Casado
- b) Divorciado
- c) Acompañado
- d) Viudo
- e) Soltero

24. ¿Tiene hijos?

Si  No  ¿Cuántos hijos/as tiene?: \_\_\_\_\_

25. ¿En que ocupa su tiempo libre?

---



---



---

26. ¿Cuántas personas viven con usted?: No. \_\_\_\_\_

27. ¿Cómo es su relación con estas personas? \_\_\_\_\_

### Factores económicos y profesionales

28. ¿Posee un fondo de retiro?

Si  No

29. ¿Mantengo una buena administración de mi salario?

Si  No

30. ¿Mantiene ahorros?

Si  No  ¿Qué cantidad mensualmente? Un aproximado de: \_\_\_\_\_

31. ¿Posee deudas que puede saldar con facilidad?

Si  No

32. ¿Tiene deudas altas que en ocasiones lo perturban?

Si  No

33. Usted vive actualmente en:

a) Vivienda propia

b) Vivienda arrendada

c) En la vivienda de un familiar

34. ¿Posee algún negocio propio?

Si  No  ¿Sobre qué es su negocio?: \_\_\_\_\_

35. ¿Posee algún otro trabajo aparte de ser futbolista profesional?

Si  No  ¿Cuál? \_\_\_\_\_ ¿cuánto tiempo tiene laborando? \_\_\_\_\_

36. ¿Hasta qué nivel académico curso?

Básica  Bachillerato  Técnico  estudiante Universitario

37. ¿Posee algún título Universitario?

Si  No  ¿Cuál es su profesión? \_\_\_\_\_

38. ¿Cuántas personas dependen económicamente de usted?



UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR  
FACULTAD DE CIENCIAS Y HUMANIDADES  
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA



### Guía de observación en el entrenamiento a equipo técnico

**Objetivo:** observar cómo se dirige el entrenador y que factores del rendimiento deportivo retoma en el momento del entrenamiento.

Nombre- grupo: \_\_\_\_\_

Evaluador: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

**Indicaciones:** marcar con una “x” si el indicador se encuentra presente, y con “o” si no se encuentra presente.

Indicadores Psicológicos	Se presenta o no el indicador	
	Si	No
Se presenta puntual al entrenamiento		
Se presenta ordenado y limpio		
Se hace uso de técnicas de relajación		
se realizan técnicas de motivación		
En la realización de las actividades Toma conciencia del propio estado de ejecución ideal.		
Realización de calentamiento		
Se observa una rutina ordenada		
Hace utilización de lenguaje verbal para comunicare al dar indicaciones		
Hacen utilización del lenguaje no verbal para comunicarse al dar indicaciones		
se observa concentrando dirigiendo las actividades		
Mantiene el orden del grupo		
Atienen a sus indicaciones el grupo		
Se concentra más en unos jugadores o pone atención a todos por igual		
Hace uso de otros elementos (retroproyector, computadora, carteles) para dar información		
Explica la importancia de la realización de los ejercicios.		

Otras observaciones: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR  
FACULTAD DE CIENCIAS Y HUMANIDADES  
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA



### Guía de observación en el entrenamiento a jugadores

**Objetivo:** identificar algunos indicadores del rendimiento deportivo, que se ven involucrados en el proceso del entrenamiento.

Nombre- grupo: \_\_\_\_\_

Evaluador: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

**Indicaciones:** marcar con una “x” si el indicador se encuentra presente, y con “o” si no se encuentra presente.

Indicadores Psicológicos	Se presenta o no el indicador	
	Si	No
Se presenta puntual al entrenamiento		
Se presenta limpio y ordenado		
Se comunica con el entrenador		
Se le realizan llamados de atención por no seguir indicaciones		
Se comunica con los compañeros		
Solicita orientaciones para realizar más entrenamiento		
En la realización de las actividades Toma conciencia del propio estado de ejecución ideal.		
Realización de calentamiento		
Realiza el entrenamiento por completo		
Se observa cansado durante la rutina de entrenamiento		
Hacen uso del lenguaje no verbal para comunicarse		
Se observa concentrado en la realización de las actividades		
Atienen a sus indicaciones		
Se relaciona de manera adecuada con sus compañeros		
Ejecuta con precisión cada ejercicio		
Concluye el entrenamiento completo.		

Otras observaciones: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR  
FACULTAD DE CIENCIAS Y HUMANIDADES  
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA



### Guía de observación en el juego

**Objetivo:** identificar algunos indicadores del rendimiento deportivo relacionados a aspectos psicológicos, que se ven involucrados en el momento del juego.

Nombre- grupo: \_\_\_\_\_

Evaluador: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

**Indicaciones:** marcar con una “x” si el indicador se encuentra presente, y con “o” si no se encuentra presente.

Indicadores Psicológicos	Se presenta o no el indicador	
	Si	No
Se presenta puntual		
Se presenta limpio y ordenado		
Se observa que realice movimiento repetitivo o nervioso como un tic.		
Se muestra concentrado		
Presenta una actitud positiva antes de entrar al juego		
Se observa cansado en el desarrollo del juego		
Trata de comunicarse antes del balón		
Los compañeros atienden a las indicaciones o llamados		
Realiza con presión los pases		
Hacen utilización del lenguaje no verbal para comunicarse		
Hace utilización del lenguaje verbal		
se observa concentrando en la realización de juego		
Se muestra solidario en el juego		
Atienen indicaciones		
Se relaciona de manera adecuado con sus compañeros		
Se muestra frustrado en ocasiones		
Golpea a los contrincantes.		
Juega con agresividad		

Otras observaciones: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



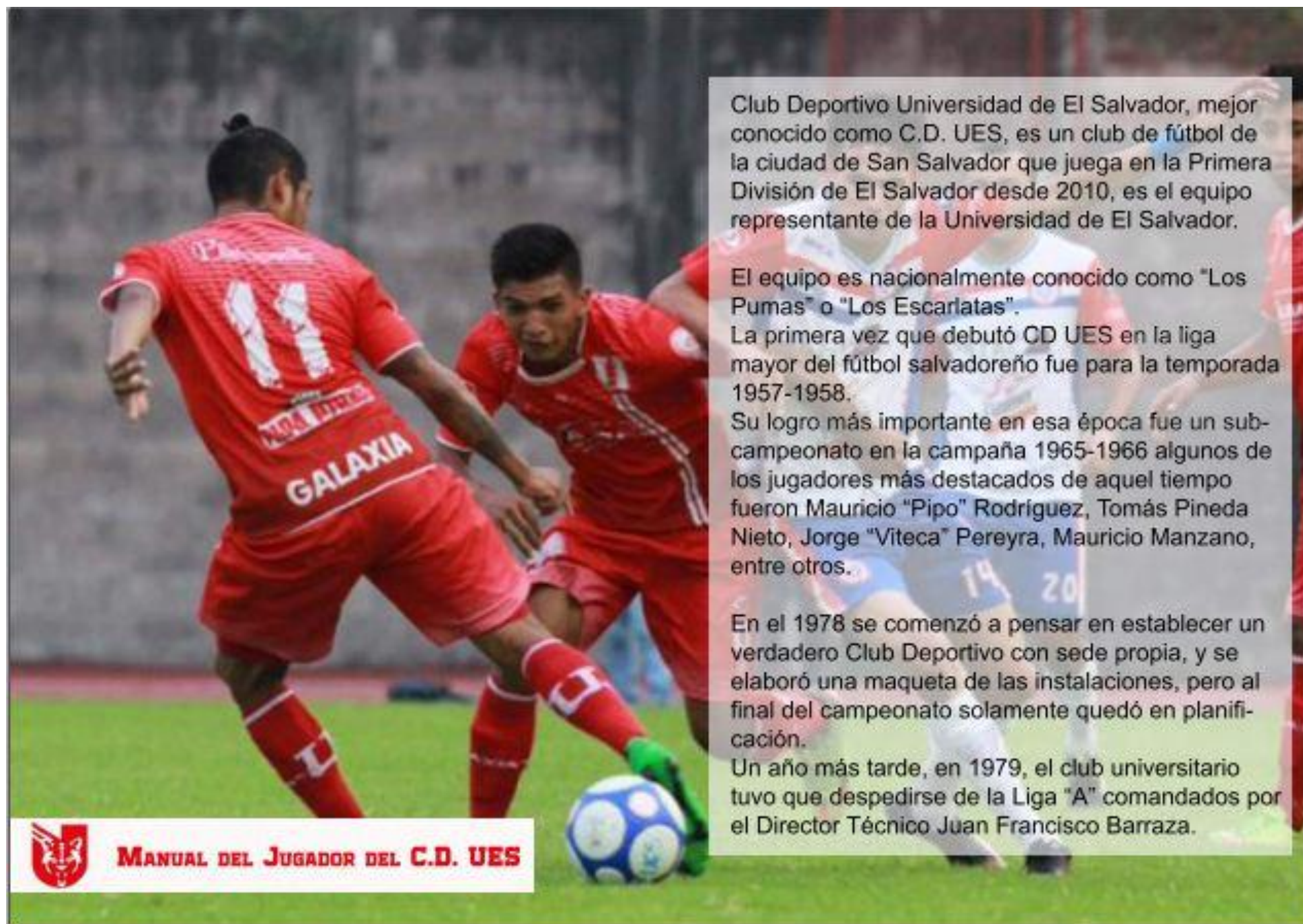
**Manual del Jugador del C.D. UES**  
**Torneos Apertura y Clausura**  
**Temporada 2016-2017**



# **Bienvenidos**



**MANUAL DEL JUGADOR DEL C.D. UES**



Club Deportivo Universidad de El Salvador, mejor conocido como C.D. UES, es un club de fútbol de la ciudad de San Salvador que juega en la Primera División de El Salvador desde 2010, es el equipo representante de la Universidad de El Salvador.

El equipo es nacionalmente conocido como "Los Pumas" o "Los Escarlatas".

La primera vez que debutó CD UES en la liga mayor del fútbol salvadoreño fue para la temporada 1957-1958.

Su logro más importante en esa época fue un subcampeonato en la campaña 1965-1966 algunos de los jugadores más destacados de aquel tiempo fueron Mauricio "Pipo" Rodríguez, Tomás Pineda Nieto, Jorge "Viteca" Pereyra, Mauricio Manzano, entre otros.

En el 1978 se comenzó a pensar en establecer un verdadero Club Deportivo con sede propia, y se elaboró una maqueta de las instalaciones, pero al final del campeonato solamente quedó en planificación.

Un año más tarde, en 1979, el club universitario tuvo que despedirse de la Liga "A" comandados por el Director Técnico Juan Francisco Barraza.



El regreso del Club Universitario a la Liga "A" fue en el año de 1980, en el torneo 1981 la Universidad volvió a tocar las semifinales, Universidad se mantuvo en la Primera División los dos años siguientes, sin el protagonismo inicial, descendiendo en 1986, año en el que se perdió el ímpetu y la afición.

Tuvo que pasar veintitrés años, para que el equipo de Club Deportivo Universidad de El Salvador se coronara campeón del Torneo Clausura 2010 en la Liga de Ascenso, enfrentándose a Once Municipal el 06 de junio de 2010, equipo al que derrotó con un dos a cero, a favor de los escarlatas en tiempo complementario.

El Club Deportivo Universidad de El Salvador terminó en la novena posición del Torneo Apertura 2010 de la Liga Mayor de Fútbol, en el que alcanzó tres victorias, todas de local. Su mejor goleador en el campeonato fue Rafael Burgos con seis anotaciones. El equipo estuvo bajo la dirección técnica del uruguayo Rubén Alonso hasta la jornada dieciséis, cuando fue sustituido por el salvadoreño Edgar Henríquez.

Hasta el clausura 2016, en el que terminaron en noveno lugar, salvando la categoría y a punto de clasificarse a una liguilla (cuartos de final) pero cuyo último puesto de la liguilla fue cedido a Chalatenango por diferencia de un gol.

La sede del equipo es el Estadio Universitario que posee una capacidad para 5 mil espectadores. Es parte del Complejo Deportivo Universitario de la Universidad de El Salvador, el cual fue inaugurado el año 2003, aunque sus instalaciones fueron utilizadas para los XIX Juegos Centroamericanos y del Caribe de 2002..



El Universidad desde su ascenso en 2010 ha disputado doce torneos cortos, en los cuales muchos de ellos han salvado la categoría y para así mantenerse durante este periodo de seis años en la Liga Mayor de Fútbol Salvadoreño, en la actualidad el equipo Universitario es dirigido nuevamente por el Técnico Edgar Alonso Henríquez.

## El respeto como un valor fundamental en los futbolistas

el respeto hacia tus compañeros, rivales, árbitros, espectadores, dirigentes y hacia la propia competición es un valor básico que cualquier jugador debe de mantener. Tus palabras y tus actos repercuten en el valor de tu trabajo. Respeta tu profesión y protege el valor de la competición. Eres el centro de atención en el campo y fuera de él; El espectáculo gira entorno a ti, eres el centro de atención de los espectadores y los medios de comunicación. Tu comportamiento, tus gestos y tus declaraciones tienen una gran influencia para el público. Por eso todo lo que hagas, importa. No solo en el campo, sino fuera de él. ¿Has publicado algún comentario en redes sociales ofendiendo a un rival? ¿has criticado públicamente a un árbitro? Debes de ser prudente con las redes sociales, tus declaraciones forman parte de ti y llegan a muchas personas. ¿Has intentado engañar al árbitro para sacar ventaja? ¿Has intentado provocar a un rival excediendo los límites de la deportividad? Una acción antideportiva cometida puede ser vista y reprochada por los aficionados.



MANUAL DEL JUGADOR DEL C.D. UES

## Rechaza la violencia:

¿Te han insultado en un campo de fútbol simplemente por hacer tu trabajo? ¿te han intentado agredir? ¿has pasado miedo? Tu como jugador, eres muy importante para poder luchar contra la violencia. Con tus palabras y comportamientos puedes evitarlo, pero también fomentarlo e incluso provocarlo. ¿sabes que cuando celebras un gol puedes ofender a los aficionados se lo haces al son de burla al rival? Tus gestos, mas allá de tus intenciones, pueden ser entendido como una provocación y generar situaciones que induzcan a la violencia. Es importante saber perder y también saber ganar. Apoya a los aficionados que defiendan los valores deportivos. La violencia y la intolerancia no tiene cabida en el fútbol, tu ayuda es fundamental para acabar con estos comportamientos.





Art 218-A  
Código Penal  
Fraude Deportivo (amaño)

## Integridad en la vida y en el campo:

¿Sabes que amañar un partido es un delito que se puede pagar hasta con la cárcel? Además un fraude, es un delito que perjudica gravemente al futbol y a tus propios compañeros. Es la peor enfermedad del deporte, que atenta contra el presente y el futuro de la profesión. Tu integridad es tu mejor arma contra los amaños, no pongas en riesgo tu prestigio, tu reputación, tu futuro y el de tus compañeros.



**MANUAL DEL JUGADOR DEL C.D. UES**

## No arruines tu carrera con el dopaje:

¿Sabes que por dar positivo en un control antidopaje de pueden inhabilitar? ¿Sabes que el consumo de sustancias para aumentar el rendimiento deportivo está prohibido? El dopaje es un fraude a las competiciones y a los rivales. ¿Sabes que el dopaje puedes arruinar tu carrera y reputación? No engañes a los demás y no te engañes a ti mismo, juega siempre a ganar pero no a toda costa.



## Con los medios de comunicación




Tú eres aun más importante: los medios de comunicación te dan visibilidad en todo el país y a veces en otros países. Son tu mejor aliado para obtener el reconocimiento público de tu trabajo. ¿Has estado nervioso con alguna entrevista? ¿Has respondido sin interés a las preguntas que te han hecho? Se mesurado y paciente ante los inconvenientes de ser un personaje público. Tu imagen es un modelo a imitar por muchas personas. Para la mayor parte de los aficionados tu imagen es tal y como la transmiten los medios de comunicación.





# Tú eres el referente

Y no olvides, disfruta siempre del juego con responsabilidad

-  El respeto como valor fundamental
-  Eres el centro de atención en el campo y también fuera de él.
-  Tu integridad es tu mejor arma
-  Rechaza el dopaje
-  Rechaza la violencia
-  Tu imagen es un modelo a imitar por muchas personas.



# Tú eres el responsable

Y no olvides, disfruta siempre del juego con responsabilidad



Sé un buen modelo y respeta a tus compañeros, rivales, árbitros, espectadores y dirigentes.



Sé prudente en redes sociales y en tus manifestaciones públicas. Respeta las normas de juego y el espíritu deportivo.



No arruines tu carrera deportiva




Con tu comportamiento puedes acabar con la violencia y la intolerancia en el fútbol.



Sé mesurado y paciente con los medios de comunicación.

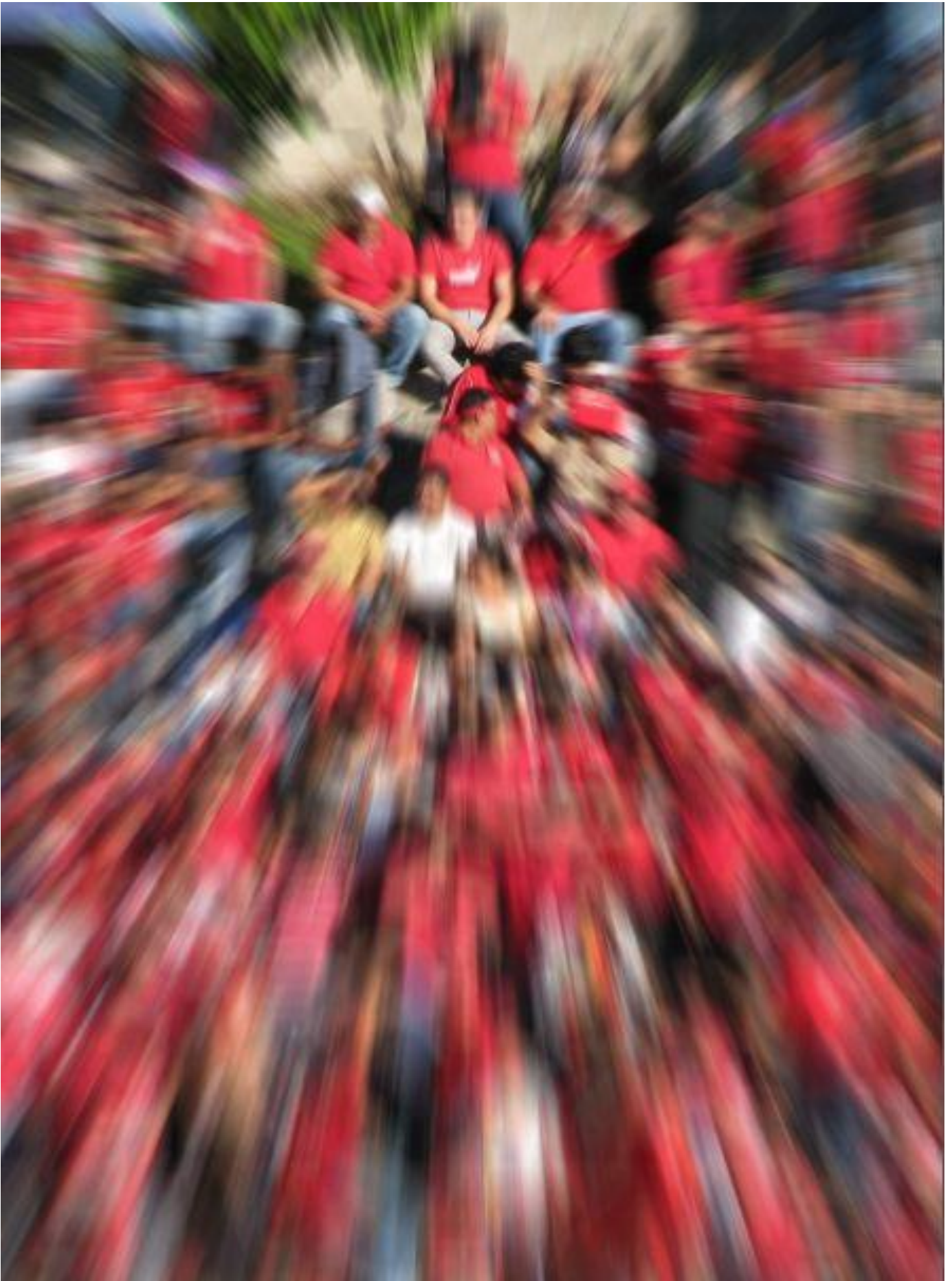


**MANUAL DEL JUGADOR DEL C.D. UES**

A soccer player in a red uniform is running on a field. The player is in the foreground, moving from left to right. The background is a blurred stadium with white railings and other players in grey uniforms. The overall scene is in black and white, with the player's uniform being the only color.

Ten en cuenta que existen muchos factores que influyen en tu rendimiento deportivo, recuerda las cuatro áreas a desarrollar: **técnico, físico, táctico y psicológico**. El entrenamiento adecuado en cada una de ellas podría hacerte un jugador con un alto rendimiento deportivo y hacer mucho, no solo por tu equipo, sino por el fútbol en tu país.





Realizado por:  
Karla Beatriz Hernández Berrios  
Iliana Vanessa Quintanilla Jiménez  
Joseline Jamileth Ramos Candido

Asesor de tesis:  
Jaime Salvador Arriola

Edición gráfica y diseño:  
Dieter Tristán Marcelo Orellana Jiménez

